أولادنــــا
ـ الكتاب الثالث
(١)

شباب بلا مشاكل

رحلة من الداخل

د/ أكرم رضا

مركز المرأة للدراسات والاستشارات
ت : ٢٤٤٦٠٠٢٢
ت.ف : ٢٤٤٦٠٠٢٣
ترخيص رقم : (٧١)

شباب بلا مشاكل

(١)

رحلة من الداخل

بسم الله الرحمن الرحيم

جميع الحقوق محفوظة

الطبعة الأولى:

يناير ٢٠٠٢ م

رقم الأيداع

٢٠٠٢/١٦٦٦

الترقيم الدولى : I.S.B.N.

977-265-346-X

إخراج فنـــي : عبد الحميد عمر

رسوم داخلية : مجدي بكر

مراجعة لغوية : محمد عبد المعطي

١٥٥٤

أَوْلادُنَــــا
الكِتَــــابُ الثَّالِثُ

شَبَابٌ بلا مَشاكِل

الجُزْءُ الأَوَّلُ

رحلة من الداخل

د. أكرم رضا

الحائز على جائزة
مكتبة علي بن عبد الله آل ثاني الوقفية العالمية — وزارة الأوقاف- قطر
لعام ١٤٢١هـ ، ٢٠٠٠م

إهداءٌ

إليهم ......

المرابطون أمام كتاب ربهم

لا أَمَلَ إلاَّ فِيكُم

فَاذَكَّرُونَا كَمَا نَذْكُرُكُمْ

﴿ إِنَّهُمْ فِتْيَةٌ آمَنُوا بِرَبِّهِمْ وَزِدْنَاهُمْ هُدًى ﴾

(الكهف: ١٣)

مُقدِّمة

الحمد لله رب العالمين، والصلاة والسلام على أشرف المرسلين، سيدنا ومولانا محمد (ﷺ)، وأشهد أنْ لا إله إلا الله، وأشهد أن محمدًا عبده رسوله.

﴿ سُبْحَانَكَ لاَ عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾ (البقرة: ٣٢)

﴿وَعِنْدَهُ مَفَاتِحُ الْغَيْبِ لاَ يَعْلَمُهَا إِلاَّ هُوَ وَيَعْلَمُ مَا فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَمَا تَسْقُطُ مِن وَرَقَةٍ إِلاَّ يَعْلَمُهَا وَلاَ حَبَّةٍ فِي ظُلُمَاتِ الأَرْضِ وَلاَ رَطْبٍ وَلاَ يَابِسٍ إِلاَّ فِي كِتَابٍ مُّبِينٍ﴾ (الأنعام: ٥٩) وبعد؛

لم أكن أتصور تلك الحاجة المُلِحَّة للكتابة في هذا الموضوع وأنا أسجل خواطري حوله؛ كانت الفكرة بالنسبة لي شخصية بَحْتَة تدور تحت عنوان: « اعرفْ نَفْسَكَ» أتعرَّفُ فيها على عالم النمو الإنساني، وذلك لسببين:

الأول: تحقيقًا لقوله تعالى: **﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلاَ تُبْصِرُونَ﴾** (الذاريات: ٢١).

والثاني: كدورٍ من أدواري في الحياة؛ حيث إني أبٌ مسؤول عن تربية أبنائي.

ومن أجل ذلك كتبت كتابَ **« بلوغٌ بلا خَجَل»** ، **«ومراهقةٌ بلا أَزْمَة»** بجزئيه في وقت واحد، ووعدت بـ **(شباب بلا مشاكل)** ولكن تأخَّرت في كتابته لمدة سنة، وكان حجم ما تلقَّيْتُ من رسائل واتصالات يُلِحُّ عليَّ بإخراج هذا الكتاب إلى النور، وهاهو الجزء الأول بين أيديكم **(رحلة من الداخل)**.

ولكن لا بُدَّ مِنْ كلمة أوضِّحُ فيها ملامح المنهج الذي اتَّبَعْتُه في تأليف هـذه السلسلة (**أولادنا**) لأبَيِّن أنه نفس المنهج الذي أنتهجه في كلِّ كتاباتي في سلسلة: (**إدارة الذات**)، و(**المرأة وإدارة الذات**)، و(**البيت السعيد**) وغيرها، وحتى في الردِّ على استشاراتكم على شبكة (الإنترنت)؛ إنه المنهج الذي ارتضاه الله -سبحانه وتعالى- لخلقه ﴿ **إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللهِ الإِسْلَامُ**﴾ (آل عمران: ١٩)

إنني أكتبُ في موضوعٍ إذا أردنا تصنيفه فإننا سندرجه تحت عنوان: (**علم نفس النمو**)، وإذا اقتربنا من شواطئه فسنجد هناك أساتذةً كثيرين اعترف لهم بفضل تعليمي أولى خطوات هذا الطريق، وكيفية خوض غِمَاره. نعم لم ألتقِ بهم في ساحات العلم، وإنما جعلتَ من نفسي تلميذاً على كتبهم، ولا زِلْتُ أُقَدِّمُ لهم واجب التلميذ، وأَقَلُّ الواجب أن أذكرهم بالخير، وعلى رأسهم الدكتور **فؤاد أبو حطب** -أسأل الله له الرحمة والجنة-، والدكتورة **آمال صادق**، والدكتور **حامد زهران**، والدكتورة **سعدية بهادر**، وغيرهم كثيرين.

بدأت كأيِّ تلميذ أسجِّلُ بقلمي انطباعاتي حول هذه المرحلة، ولكن كان المنهج الذي أضبط به انطباعاتي هو الإسلام؛ الإسلام عقيدة وشريعة، عبادة ومعاملات، نُسُكٌ وسلوك، وعلاقة مع الله تضبط علاقتنا مع أنفسنا ومع الناس.

كان الإسلام هو المنهج الضابط الذي لم يمنعني من الابتكار والإبداع ؛ لِسعَتِه، ومرونته، وقدرته على الاستيعاب، وكانت هذه السلسلة (**أولادنا**).

وإذا كان الكاتب لا تُفْرِحه أرقام التوزيع، فماذا يفرحه؟ إن هذه الأرقام تعني أن فكرته مقبولة على الأقل، وأن هناك من يريدُ أن يَطَّلِعَ عليها.

وإذا كان الكاتب لا يفرحه نقد الناقدين، ومدح المادحين، فماذا يفرحه؟

وكانت لقاءات، وكانت ندوات، ورأيت عطش وحاجة المجتمـــع لِمَـــنْ يحدِّثهم حول هذه الموضوعات، وواجهتني الحاجة في كلمة أحدِّ أولياء الأمور في المدارس عندما قال لي في حزن: إننا تعلَّمنا كلَّ شيء ولم يعلمنا أحـــدٌ تربيـــة أبنائنا!!.

وقال آخر: إن هذه الكتب جعلتنا نقرأ في الموضوعات الخاصـــة بمرحلـــة المراهقة، وبلا خجل كان الواحدُ مِنَّا إذا أراد أن يشتري كتابًا يتحدث حـــول هذه الموضوعات يشتريه بالليل، وفي السرِّ، ويخفيه عن أعين أهل بيته؛ وذلـــك للانحراف الشديد في هذه الكتب عن كثير من القيم؛ بدءا من صورة الغلاف.

ونعود إلى الأساتذة لأذكر قصة طريفة لي مع الآبـــاء في إحدى الندوات؛ حين استدعتني إدارة إحـــدى المـــدارس، وهناك ألقيت محاضرة بعنوان: (**لا بُدَّ من تعلُّمِ التربية**) حيـــث دارت المحاضرة حول أن التربية **فن وعلـــم ومـــهارات**، وأن مناهج التعليم ووسائل التثقيف في بلادنا تهتـــم بكـــلِّ شيء إلا تعليم الوالدين تربية أبنائهم، وتـــرك ذلـــك لتوريث الآباء فتخرج نسخ تربوية متشابهة حـــتى في الأخطـــاء والانحرافـــات النفسية.

ودَارَ الحوارُ والنِّقَاش، وإذا بأحد الحاضرين يقف -وكنت ألمحه ساكنًا، ينظر بعمق إليَّ أثناء الإلقاء- وطلب الكلمة، وبدأ بتعريف نفسه؛ إنه متخصِّـــصٌ في

الفلسفة وعلم النفس بكلية التربية جامعة عين شمس، وهنا أُسْقِطَ في يدي؛ إنه اختبار عملي لي، وأنا لست من أهلِّ التخصص الأكاديمي وإن كنت قد درست العلم منهجيًّا من خلال فهمي لمعنى الدراسة الأكاديمية أثناء حصولي على دبلومات الشريعة في كلية دار العلوم، ولكن على الرغم من ذلك تعلَّقت عيناي -بل وقلبي- بشفتيه، وكأني أسمع نتيجة اختبار طويل.

فإذا به يقول -ضِمْنَ تعليق رائع له-: « **إن تبسيط العلوم للناس علمٌ في حَدِّ ذاته، قد لا يجيده الأستاذ الجامعي، وهو فنٌّ وموهبةٌ قد يجيدها واحد من خارج المجال، وإن جائزة الدولة التي أُعْطِيَتْ للدكتور عادل صادق في تبسيط العلوم النفسية لم تُعْطَ له عن علمه كأستاذ متخصِّص -وإن كان يستحقها-، وإنما أعطيت له عن هذا الفن وتلك الموهبة التي أعطاها الله إيَّاه؛ أن يقدر على هذا التبسيط، الذي أشهد أني سمعت نموذجًا من هذه الموهبة الآن** » ثم قال كلامًا أظنه ينبع مِنْ خُلُقِهِ الدَّمث، وتواضعه الجَمِّ.

ولكن ما استفَدْته من هذا الأستاذ الفاضل، بل ومن صداقتي له بعد ذلك هو اطمئناني أني على منهج -والحمد لله- أظنه صوابًا، وهذا المنهج يقوم على عناصر ثلاثة:

الأول: الرجوع إلى أهل العلم في مراجعهم، والبحث عن الحكمة أيًّا كان مصدرها.

الثاني: عرض العلم على الإسلام كمنهج معياري.

الثالث: عدم الابتذال والجِدِّيَّة الكاملة.

ورغم ذلك كله فإنني لا زلتُ أشعر عند إخراج أيِّ كتاب من كتبي بشعور المُمْتَحَن، وأكاد أنظر في عيونِ كلِّ مَنْ يحصلُ على نسخة من كتـــبي وكلـــي رجاء أن يراسلني كلُّ مَنْ وَجَدَ أيّ شيء ينتقده عليَّ، مهما كـــان حجمـــه؛ فإننـــا جميعًا في مركب واحد، وتسعدني كلمات النقد كما تسعدني كثيرًا كلمات الثناء.

من أجل ذلك كله أُقَدِّمُ اليوم هذا الجزء الأول من الكتاب الثـــالث في سلســـلة (أولادنا) « شباب بلا مشاكل»، وعنوانه: «رحلة مـــن الداخـــل» فـــهيًّا معشـــر الأصدقاء والصديقات الشباب لنبدأ معًا هذه الرحلة من داخلنا؛ لنتعرف أين نحن الآن؟

فبعد أن انقضت أيام المرحلة الإعدادية ببلوغها، وخجلها، وحبوب شبابها، وأيام الثانوي بأزمتها، وضغطها، والبحث فيها عن الهويَّة والذات، اصْطَحِبُـــوا معكم هذا الجزء على أبواب الجامعة، في أوَّلِ يومٍ لكم فيها، أو علـــى أبـــواب المهنة -إذا اكتفيتم بالشهادة المتوسطة- لنتعرف بصدقٍ على أنفسنا، وأعدكـــم بجزءٍ ثانٍ حول «خصوصيات البنات»، وثالث حول « مفاتيح حل المشكلات» في هذه المرحلة لتمرَّ علينا -إن شاء الله- بلا مشاكل. وقد أجمع رسائلكم الـــتي تحمل المشكلات، وردودي عليها في كتاب ضمن هذه السلسلة، فتابعوني.

فهل بعد هذا اللقاء من لقاء؟ أظن أننا سوف نلتقي في كتاب رابع وأنتـــم «على أَعْتَابِ الرُّشْدِ».

فإلى اللقاء

د. أكرم رضا مرسي

١٤٢٢هـ - ٢٠٠١م

الكِتَـــــابُ الثَّالِثُ

كِتَابٌ للشبَابِ

شبَابٌ بلا مَشاكِلٍ

الجزء الأول

رحْلةٌ مِنَ الدَّاخِلِ

المَرْحَلَةُ الثَّالِثَةُ

مَرْحَلَةُ التَّعْلِيمِ الجَامِعِي

الذكـــــور: (١٨ – ٢١)

الإنـــــاث: (١٧ – ٢١)

المراهقة المتأخرة: **Late Adolescence**

شَبَابٌ لَمْ تُحَطِّمْهُ اللَّيَالِي

وَلَمْ يُسلِمْ إِلَى الخَصْمِ العَرِينَا

المدخل

عندما يتحدَّث الشَّبابُ!

صديقي الشاب، صديقتي الشابة:

أصدقاؤنا اليوم أربعة: هشام وأحمد ومحمود وأيمن، شباب في الجامعة، قد تكون عرفتهم، أو قد تكون واحدًا منهم؛ نفس الآمال والأهداف والأحلام، نفس أسلوب التعبير عن الآراء، ولكنهم مثلك يختلفون عن الكثير من الشباب في مثل سنهم، إنَّهم صادقون في دعواهم، يريدون -بحقٍّ- أن يضعوا أقدامهم على طريق الصواب.

تعالَ لنتعرفَ عليهم، لنستمع إليهم، وأظنك ستُرَدِّدُ معهم الحوار نفسه؛ لأنهم في الحقيقة أنتَ وأنتِ.

نَظرَةُ الكبار:

ليس هذا رأيه وحده، وإنما هو رأي أكثر مَنْ كتبوا في هذا المجال؛ (أننا مراهقون).

هكذا قال هشام ثائرًا وهو يلقي نسخة من كتاب كان في يده على المائدة، ويجلس في عصبية.

فقال أحمد محاولا تهدئته:

- لكن يا هشام .. أظنُّ أنَّ هذا هو التقسيم العلمي لمراحل النمو.

قال محمود مشاركًا هشام عصبيته:

- لا يا أحمد، ليس تقسيمًا علميًّا أكاديميًّا فقط، ولكنها نظرات المجتمع لنا.

مشاكل الشباب، الشباب ومشكلات المراهقة، أزمة المراهقة.

هذه هي العناوين التي تصدمني يوميًّا عندما أطلع أيَّ صحيفة أو مجلة، إنني أشعر بأني مصابٌ بمرض لعين في هذا المجتمع، أشعر أن الكِبَارَ يعتبرونني همًّا على صدورهم.

قال أيمن في هدوء وهو يبتسم:

- وعندما يتحدَّثون عنكَ حديثًا حَسَنًا نجدهم يتعاملون معك كأنك طفلٌ صغيرٌ، يعطونك (مصاصة) لتسكت.

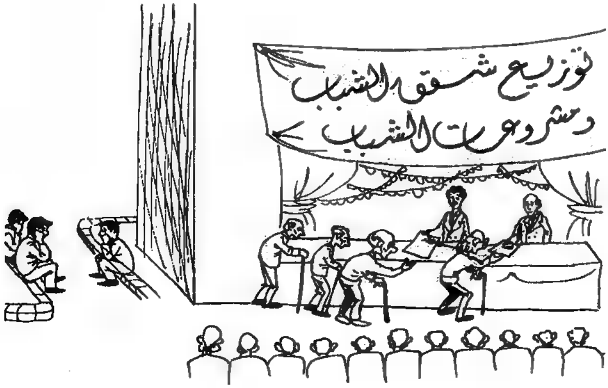
حُبُّ الشَّبابِ، وحَبُّ الشباب، والجنس والشباب، العلاقة بين الجنسين، العادة السريَّة، الأغاني الشبابية، الموضة الشبابية!!

كأننا -نحن الشباب- لا نفكر إلا في الحُبِّ والجنس والرقص والأغاني.

قال أحمد في شبه اعتراض:

- أنا في الحقيقة أرى أن هناك أشياء أخرى تُعْرَضُ حول الشباب؛ فهناك جهات تعمل من أجل الشباب، ومشروعات اقتصادية للشباب، ومشاريع زواج للشباب، ومساكن للشباب.

قال هشام وهو ثائر:



- نعم، ولكن الشباب الذين يتقدَّمون لهذه المشروعات، ويتحدثون عنهم قد تعدُّوا الأربعين، هؤلاء هم الشباب في نظرهم، أمَّا نحن -طلاب الجامعة- فعِيَال يا سيدي.

قال أيمن في سخرية:

- (والله العظيم ما دُمْنَا عيال في نظرهم، يبقى نستعيل فيها، ونسوق الهَبَل على الشَّيْطَنَة)

وضحك الجميع، وقال أحمد في هدوء:

- الحقيقة الموضوع ده شاغلني جِدًّا هذه الأيام بعد قراءتي لهذه السلسلة من الكتب؛ (**بلوغ بلا خجل**)، (**مراهقة بلا أزمة**)[1]، سألت نفسي: وأين طالب الجامعة من هذه المراحل؟

هل أنا مراهق تعديت أَزَمَات المراهقة، وأعيش مرحلة جديدة، أم أنا رجل يُعْتَمَدُ عليه في هذا المجتمع؟!

قال محمود:

- أنا داخلي الشعور بأني رجل، وفي رأسي ملايين الأفكار والطموحات، أريد أن أبدأ حياتي، ولكني أشعر كأنِّي مثل الذي يقف في حجرة سقفها (يَدُوب) ارتفاعه متر، فيكفي أن يقعد فيها؛ لأنه كلما أراد الوقوف تصطدم رأسه بالسقف.

---

(١) الكتاب الأول والثاني من هذه السلسلة؛ سلسلة (أولادنا).

نظر الجميع إليه متسائلين، وقال هشام:

- حلو قوي التشبيه ده يا محمود، أنا فاهمه لكن يحتاج إلى توضيح أكثر.

قال أحمد: اشرحه يا محمود.

قال محمود وهو ينظر إلى أصدقائه:

- أنا كشاب عندي طاقات عظيمة، ولديَّ آمال كبيرة، عندما أجلس بيني وبين نفسي أبني أهرامات جديدة، وسدًّا عاليًا جديدًا، وأصعد الفضاء، أشعر أنه وَجَبَ عليَّ أن أتزوج، وأن أعول عائلة، وأن أنظِّم حياتي، وأبدأ العمل في مشروعٍ خاصٍّ.

قال أيمن مقاطعًا:

- وخاصة عندما أقرأ عن العظماء السابقين في أيِّ أُمَّة، وأجدهم قد بدءوا في مثل سِنِّنَا.

قال أحمد:

- بل إن الكثير من قَادَةِ الجيوش الإسلامية التي فتحت الدنيا، والكثير من علماء المسلمين الذين أبدعوا، والكثير من فقهائهم بدءوا في مثل سِنِّنَا.

قال محمود وهو ينظر بعيدًا في شِبْهِ (سَرَحَان):

- وأحلم، وأحلم، وأحلم، وأجد أنَّ لَدَيَّ من الإمكانيات الجسديَّة والعقليَّة والفكريَّة ما يؤهِّلني لذلك، وفجأة وعندما يزيد حماسي أفكر في الوقوف؛ حتى أبدأ في الانطلاق.

قال هشام مُكْمِلا:

- تصطدم رَأْسُكَ بسقف الحياة الذي بناه لَكَ غَيرُك!

قال أيمن:

- يقف إتمام التعليم، ومصروف بابا، وتقف القدرة المادية، وعدم وجـــود شقة، وإنك ممنوع من التفكير لأنك ما زلت صغيرًا، وممنوع من العمل السياسي لأنه مطلوب منك أن تتعلم، وخبراتك في الحياة لا تؤهِّلك.

قال هشام في لهجة ثائرة:

ــ وممنوع من أن تحيا حياة طبيعية كما أمر الله.

ابتسم الجميع، وقال محمود مجاريًا هشام في ثورته:

- تليفزيـــون عـــــاري، وصحافة عاريـــــة، وقصـــص عارية، وشواطئ عارية، بـــــل وشوارع عاريـــــة، واختـــلاط وهريج، و...و... و...!!

وبعدها على الشـــباب أن ينضبطوا، على الشباب أن يتحلوا بالقيم والمبادئ!

وعناوين الأخبار تصرخ وكأنها تحيك الاتهام؛ لتصدر الحكم بالإعدام.

«ضعف الوازع الديني عند الشباب»، « الانهيار الخلقي» « الشباب وتقليد الغرب»، « انتشار حوادث الاغتصاب» ، « اكتشاف شبكات منافية لــلآداب تضم طالبات جامعيات»، «المنتحرون»

الشباب أم المجتمع

ضحك الجميع من أسلوب محمود، وقال أيمن:

- المهم أننا لا ندري هل نحن المرضى أم المجتمع هو المريض الفعلي؟ ومن الذي يجب أن يبدأ بالعلاج، نحن أم المجتمع؟

أكمل محمود كلامه: إن عنوان **مشكلات الشباب** أصبح النداء اليومي لكلِّ صحفنا ومجلاتنا، وتتعدد الأمراض والتشخيصات ولا علاج. التطرُّف، البلطجة، الانحراف الخلقي، التعرِّي، عقوق الوالدين لدرجة الضرب والقتل، السرقة، المخدرات، إلى آخر هذه القائمة.

وما العلاج ؟!

خَيَّمَ الصَّمْتُ على الأصدقاء الأربعة؛ أحمد وأيمن وهشام ومحمود، ثُمَّ تَنَهَّدَ أيمن وقال:

- الحقيقة يا جماعة، لو أن أحد الكبار نظر إلى لقائنا هذا لتعجب؛ فالجميع يظن أننا في سعادة ولا ينقصنا شيء؛ لأن مرحلتنا هذه هي مرحلة الانطلاق، والمرح، والسعادة.

وأنا لديّ الكثير من الأسئلة والاستفسارات حول هذه المرحلة من عمرنا، التي إذا لم أهتم أنا شخصيًّا بها فسوف تؤثِّرُ على حياتي كلها بعد ذلك.

قال هشام وكأنه يصرخ:

- لا بُدَّ أن نستفسر وأن نعلم ونتعلم، فما هو السبيل؟

قال أحمد:

- الكُتُبُ؛ فإن الكثير من الكتب تتحدث عن هذه المرحلة، فهيَّا نقرأ ونتناقش؛ عَلَّنا نعرف شيئًا.

قال أيمن:

- نعم في الكتب فوائد كثيرة، ولكن المشكلة أن الكتب إمَّا أكاديمية تُدَرَّسُ في الجامعة، وتحتاج إلى شرح وتوضيح، كما نحتاج بجانب هذه الكتب لِمَنْ نسأله فيجيب، ونستوضح منه ما خَفِيَ علينا، ونجد لديه الحلَّ المتدرِّجَ الواقعي لكلّ مشاكلنا.

وإمَّا كتبًا حتى إذا حوت بعض الفائدة فإنها تدور في فَلَك مجتمعات ليست كمجتمعاتنا، وتستعرض قيمًا غير قيمنا. والعجيب أن هؤلاء الناس -إلى الآن- لا يعترفون بأننا لنا تقاليدنا وقيمنا التي نعتز بها حتى ونحن شباب.

قال أيمن:

- والكثير منها يا أحمد إمَّا بغرضٍ دنيء، أو رغبة في الإثارة والترويج لكل ما

هو رخيص بأسلوب ووسائل تُضَافُ إلى ما نراه في الإعلام مـــن تهريـــج، وتكفـــي أغلفة الكتب المنتشرة في المكتبات حول موضوعات الشباب كدليل على ذلك.

قال أحمد بعد صمت:

- وجدتها؛ **الدكتور عبد الرحمن فاضل**، أحد أساتذتنا في كلية التربيـــــة، متخصص في التربية، ومنفتح على الطلاب، وكثيرًا ما يخلط محاضراته بـــــالواقع العملي، ويهوى النقاش وتبادل الآراء، وقد عرض كثيرًا أن يتوجه إليـــــه مـــن عنده مشكلة. فلماذا لا نذهب إليه، ونعرض عليه أسئلتنا واستفساراتنا؟

نظر الجميع إليه في شبه موافقة فقال:

- أنا على علاقة جيدة به، وسوف أعرض عليه الفكـــــرة، وأرى كيـــف سننفذها.

ابتسم الجميع

وتبادلوا كلمـــــات

الموافقة، وانتقلـــوا إلى

موضوعات أخرى.

– الشباب مهتم جــدًّا أن يــدرك ســبب المشكلة؛ هل هو نفسه، أم المجتمع؟

– يرى الشباب أن المجتمع يستخف بِوِجْهَاتِ نَظَــرِه، ويعبــث بطموحاته، ولا يقدِّمُ له في النهاية شيئًا.

– عند الشباب آمال كِبَار، ومشاريع واعدة، ولكنــه إذا هَــمَّ بالانطلاق يصطدم بالسقف الذي سمح له المجتمع به، والذي هو أقــل بكثير من طموحاته.

– هل العلاج في الكتب، أم في الحوار بين الشباب؟

– كانت إجابة السؤال السابق هي قرار الشباب بالتوجــه إلى الكبار؛ لعرض القضية، ومناقشة الحلّ.

البَابُ الأوَّل

رحلة الأعمار

بلوغ السعي

والإعداد للرشد

مع الكِبَار

كان اللقاءُ الأوَّلُ مُميَّزًا؛ في الصالة الواسعة الخاصة ببيت الدكتور عبد الرحمن فاضل؛ حيث جلس الأصدقاء الأربعة يرتشفون من أكواب العصير التي قَدَّمها لهم الدكتور، وقد جلس مُسْنِدًا ظهره إلى الخلف، مُتَأَمِّلا فيهم وقد اتَّسَعَتْ ابتسامته حتى احتوت الأصدقاء.

انتهى أحمد من العرض السريع للأفكار التي دارت بين الأصدقاء، وعَمَّ صَمْتٌ جميلٌ عليهم قطعه الدكتور فاضل بقوله:

- هذا شيء جميل، فبداية المعرفة السؤال، والمعرفة التي تأتي عن طريق السؤال والاستفسار تُعِدُّ ذِهْنًا صافيًا مستعدًا للتلقي والاستقبال. أحب أولا أن أسألكم: هل قرأتم حول تقسيم المراحل العمرية للإنسان؟

قال هشام بسرعة:

- أظن أن فترة المراهقة ثلاث مراحل:

١- **المراهقة المبكرة**	وهي تقابل سِنَّ الفتى أو الفتاة في المرحلة الإعدادية.
٢- **المراهقة المتوسطة**	وهي تقابل سِنَّ الفتى أو الفتاة في المرحلة الثانويَّة.
٣- **المراهقة المتأخرة**	وهي تقابل سِنَّ الفتى أو الفتاة في المرحلة الجامعيَّة.[١]

(١) انظر تفصيل هذا التقسيم في الكتاب الأول والثاني من هذه السلسلة للمؤلِّف.

عَلَّقَ أحمدُ في استنكار:

- أي أن هذا التقسيم لا يزال يعتبرنا مراهقين.

قال محمود في عصبيَّة:

- واضح أن كلَّ علماء النمو يعتبروننا كذلك، بل والكبار أيضًا في المجتمع.

حساسية المصطلح

انتظر الدكتور فاضل حتى هدأ الشباب، وقال مبتسمًا:

- في البداية أُحِبُّ أن نُزِيلَ الحساسية نحو المصطلحات، ولن نستطيع ذلك إلا إذا اتَّفَقْنَا على تعريف كلِّ مصطلح.

تعالوا لنتعرف على **مصطلح الشباب** من خلال نظرة واقعية.

لقد حَدَّدَ مؤتمر وزراء الشباب الأول في جامعة الدول العربية بالقاهرة عام ١٩٦٩م مرحلة الشباب، وكانت توصيته تقول:

« إن مفهوم الشباب يتناول -أساسًا- مَنْ تتراوح أعمارهم بين ١٥-٢٥ سنة، انسجامًا مع المفهوم الدولي المُتَّفَقِ عليه في هذا الشأن » .

وأضافت الوصية :«غير أنَّ ظروف الوطن العربي تستوجب تخصيص رعاية عميقة متكاملة بمرحلة الطلائع التي تسبق سِنَّ ١٥ سنة، وربما تفرض الظروف

امتداد هذه الرعاية إلى ما بعد الخامسة والعشرين وَفْقَ متطلَّبات الشباب في كـلِّ قُطْرٍ عربي»[١]

قال أحمد:

ـ ولكن هذا السنَّ مُتَّسِعٌ جدًّا؛ عشر سنوات؟

قال محمود في سرعة:

- وهي نفس الفترة تقريبًا التي يسمِّيها العلماء مرحلة المراهقة.

وقال أيمن:

- بعض العلماء جعلها تبدأ من سن ١٢ سنة، وحتى سن ٢١ سنة، ولكـن لا زِلْنَا ندور في فكرة (أننا مراهقون).

(١) (مشكلات الشباب، الحلول المطروحة والحل الإسلامي) الدكتور عباس محجـوب. كتـاب (الأمة) (١١) ربيع الأول ١٤٠٦هـ ص٢٢.

الأعمار الثلاثة للإنسان

قال الدكتور فاضل:

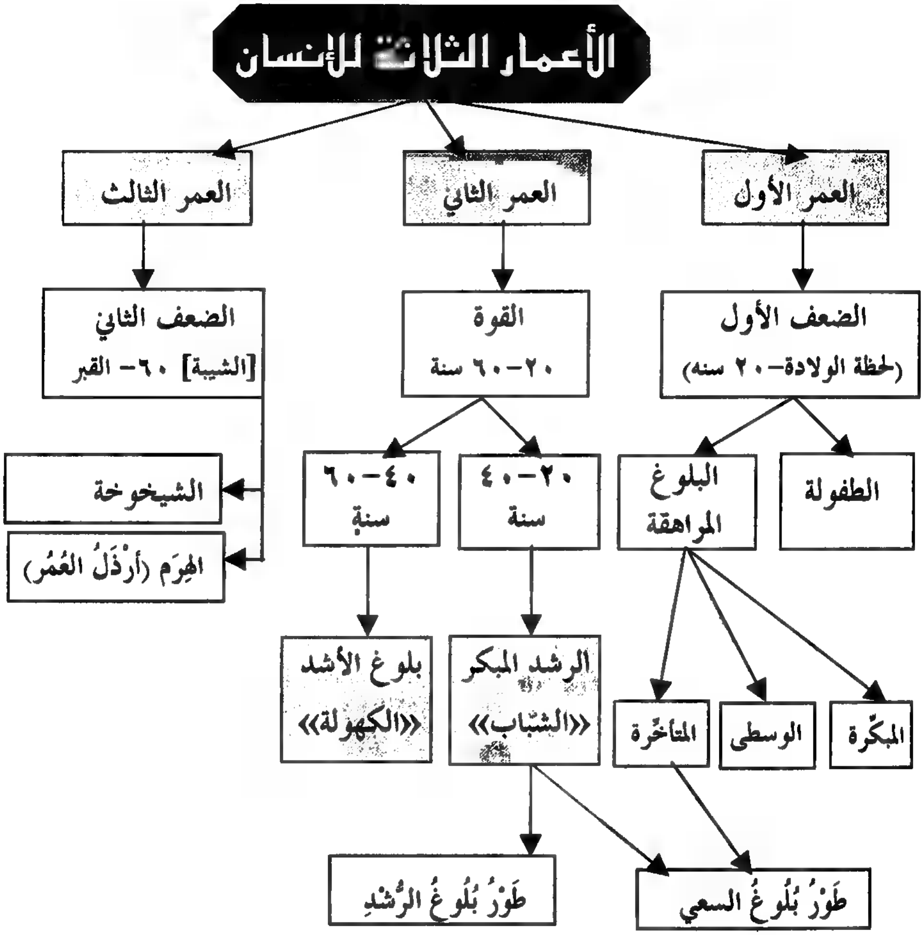
- واضح أن الحساسية نحو المصطلح هي التي تجعلنا نتعامل معه بِجِدَّة، تعالوا لنرى تقسيمًا جيدًا جدًّا لمراحل العمر، استخدم فيه الدكتور فؤاد أبو حطب -رحمه الله- المصطلحَ القرآنيَّ، وسنجد أن هذا الاستنباط يزيل الكثير من الحساسية ناحية المصطلحات.[1]

اعتدل الجميع لينظروا إلى اللوحة التي بدأ الدكتور فاضل يُخَطِّطُ عليها وهو يشرح قائلا: لقد بنى الدكتور أبو حطب هذا التقسيم على قوله تعالى: ﴿**اللهُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ**﴾ (الروم: ٥٤).

فعلى هذا الأساس هناك مراحل ثلاث لنموِّ الإنسان بعد الميلاد، وهي التي سماها:

---

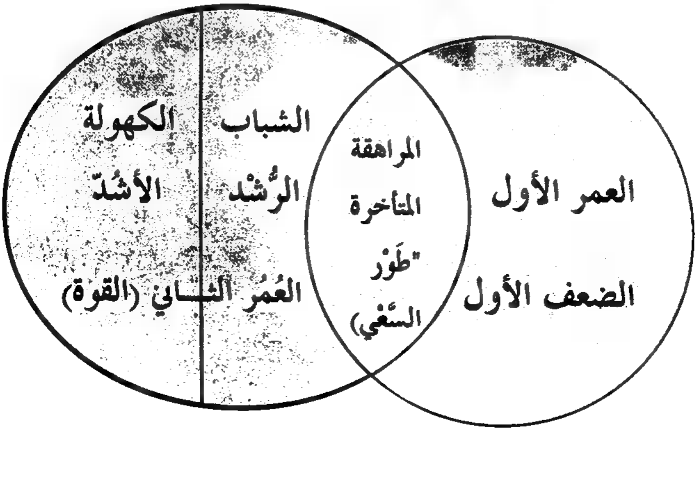
(١) راجع: (نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين) الدكتور فؤاد أبو حطب، والدكتورة آمال صادق. مكتبة الأنجلو - القاهرة ط ١٩٩٢م.


الأعمار الثلاثة للإنسان
العمر الأول
العمر الثاني
العمر الثالث
الضعف الأول
(لحظة الولادة–٢٠ سنه)
القوة
٢٠–٦٠ سنة
الضعف الثاني
[الشيبة] ٦٠– القبر
الطفولة
البلوغ
المراهقة
٢٠–٤٠
سنة
٤٠–٦٠
سنة
الشيخوخة
الهِرَم (أرْذَلُ العُمُر)
المبكّرة
الوسطى
المتأخّرة
الرشد المبكر
«الشّباب»
بلوغ الأشد
«الكهولة»
طَوْرُ بُلُوغُ السعي
طَوْرُ بُلُوغ الرُّشدِ

العمر الأول

والعمر الأول للإنسان هو تلك المرحلة الكبرى التي تبدأ بتكوين الجنين في الرَّحم، وتنتهي بدخول الإنسان عـــالم الراشدين، وهي مرحلة تَتَّسِمُ بالضعف حسب الوصـــف القرآني لها ﴿اللَّهُ الَّذِي خَلَقَكُم مِّن ضَعْــفٍ﴾ (الــروم: ٥٤). إلا أنَّه **ضعف التحول إلى القوة** (أي الرشد)؛ فهو ضعف الطفولـــة والصبـــا، وبدايات الشباب المُبَكِّر، ولهذا نلاحظ على هـــذه المرحلـــة الكـــبرى تحسُّـــنًا مُضطَّرِدًا يومًا بعد يوم، وعامًا بعد عام؛ تحقيقًا لهذه الغاية.

وينقسم العمر الأول إلى قسمين أساسيين؛ (الطفولة والمراهقة)، والمراهقـــة تنقسم إلى ثلاث مراحل -كما بَيَّن هشام من قبل- آخرها مرحلـــة المراهقـــة المتأخرة التي تُعْتَبَرُ المَعْبَرَ الأساسيَّ للخروج من العمر الأول إلى العمر الثـــاني - القوة- فهي مرحلة التداخل بين العمرين كما هو مُوَضَّحٌ:



العمر الثاني

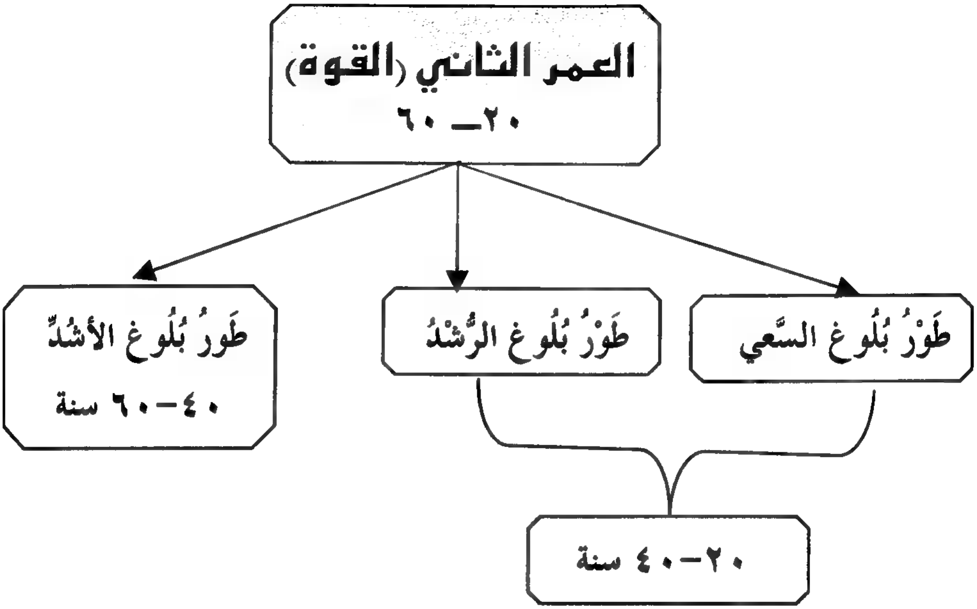
عُمُرُ القِوَّةِ.

وعن العمر الثاني للإنسان -القوة- يقول تعالى:﴿ثُمَّ يُخرِجُكُمْ طِفْلا ثُمَّ لِتبْلُغُوا أَشُدَّكُمْ ثُمَّ لِتَكُونُوا شُيُوخًا ومِنكُم مَّن يُتوَفَّى مِن قَبْلُ ولِتَبْلُغُوا أَجَلا مُّسَمًّى﴾ (غافر: ٦٧)

ويذكر القرطبي في هذا الصدد أن بلوغ الأشُدِّ هو بلوغ القوة، وقد تكون في البدن، وقد تكون في المعرفة بالتَّجْرِبَة، ولا بُدَّ من حصول الوجهين.

فإنَّ الأشُدَّ وقعت هنا مطلقة وتعني -والله أعلم- البلوغَ على إطلاقه، وهو هنا البلوغ الجنسي، والجسمي، والعقلي.

ولذلك فإن العمر الثاني للإنسان ينقسم إلى ثلاثة أطوار أساسيَّة؛ أوَّلها بلوغ السعي، الذي يُعْتَبَرُ آخِرَ أطوارِ العُمُر الأوَّل.



وقد ذكر القرآن الكريم هذه الأطوار في أكثر من موقع.

١- بُلُوغُ السَّعْي.

عن طَوْرِ بلوغ السعي قال تعالى عن إسماعيل، وعلاقته بأبيه إبراهيم -عليهما السلام-: ﴿**فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قَالَ يَا بُنَيَّ إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ**﴾ (الصافات: ١٠٢).

ويَذْكُرُ القرطبي في (الجامع لأحكام القرآن) في تفسير ذلك «فلمَّا بَلَغَ معه المَبْلَغَ الذي يسعى فيه مع أبيه في أمور دنياه، معينًا له على أعماله»

قال مجاهد: «أي أصبح شابًّا، وأدرك سعيه سعيَ إبراهيم» ويضيف

الحسن ومقاتل: «إن السعي هنا هو سعي العقل الذي تقومُ به الحُجَّة»

٢- إِينَاسُ الرُّشْدِ:

وقد جاءت كلمة الرشد في بيان حال اليتيم في سورة النساء مقيَّدة كبداية عمر القوة، وكمدخل للرشد، فقال تعالى: **﴿وابْتَلُوا اليَتَامَى حَتَّى إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُم مِّنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾** (النساء: ٦)

فَجَمَعَ بين القوَّتين؛ قوة البدن وهي بلوغ النكاح، وقوة المعرفة وهي إيناس الرشد. فلو تمكّن اليتيم من ماله قبل حصول المعرفة، وبعد حصول قوة البدن لأذهبه في شهواته وبَقِيَ صعلوكًا، ومن الإشارات القرآنية اللطيفة هنا طلب إيناس الرشد، والتعرف على علاماته ومؤشِّراته، وهذا يعني أن الرُّشْدَ ليست له حدود زمنيَّة محدَّدة يصل إليها الجميع في زمن واحد.

٣- بُلُوغُ الأشُدِّ (اكتمال الرشد، وبلوغ سِنِّ الأربعين):

وهي مرحلة المسؤوليات الكبرى؛ لأنها عمر الرسالة والنبوة، وهي الطور الثاني من عمر (القوة).

يقول تعالى: **﴿حَتَّى إِذَا بَلَغَ أَشُدَّهُ وبَلَغَ أَرْبَعِينَ سَنَةً قَالَ رَبِّ أَوْزِعْنِي أَنْ أَشْكُرَ نِعْمَتَكَ﴾** (الأحقاف: ١٥)

ولعلَّ هذا هو ما يشير إليه القرآن –والله أعلم– بمرحلة الكهولة؛ يقول تعالى عن عيسى بن مريم –عليه السلام–: **﴿ويُكَلِّمُ النَّاسَ فِي المَهْدِ وكَهْلًا ومِنَ الصَّالِحِينَ﴾** (آل عمران: ١١٠)

﴿إِذْ أَيَّدتُّكَ بِرُوحِ الْقُدُسِ تُكَلِّمُ النَّاسَ فِي الْمَهْدِ وَكَهْلًا﴾ (المائدة: ١١٠)

ويذكر القرطبيُّ أنَّ الكهولةَ فيها مُجْتَمَعُ الأشُدِّ، وهـي سِـنُّ التكليف بالمسؤوليات الكبرى؛ فقد كُلِّفَ الرُّسلُ بحمل الرسالة في هذا السن.[١]

قال هشام:

- فالمرحلة العمرية التي نحن فيها تُسَمَّى (**المراهقة المتأخِّرة**)

ردَّ أحمد عليه قائلا:

- هذا تعريف اصطلاحي، أُفَضِّلُ أن أسميها مرحلة: (**بلوغ السعي**)

قال هشام:

- لِمَ لا نسمِّيها مرحلة (**بداية الرشد**)؟

المصطلح القرآني :

نظر أيمن إلى الدكتور فاضل مبتسمًا، وهو يقول:

- الحقيقة يا دكتور استخدام المصطلح القرآني أَزَالَ كثيرًا من الحساسية نحو المصطلحات الأخرى، وبِغَضِّ النظر عن المصطلح فنحن نعيش مرحلة الانتقال الكامل من الطفولة إلى الرشد.

قال محمود:

- أفَضِّلُ أن نقول: (من المراهقة إلى الرشد).

ابتسم الدكتور فاضل ابتسامة واسعة وهو ينظر إلى محمود وقال:

(١) المرجع السابق .

- والقاعدة التي أحبُّ أن أضعها أمامكم أن معرفة النفس هي أفضل طريقة للتعامل مع الحياة.[١] بمعنى إمكانياتنا وقدراتنا ورغباتنا وحاجتنا، والتي فيها سندرك مجالات الحياة التي نستطيع أن ننتج فيها، بل ونعرف الكثير عن تلك التصرفات التي تصدر منا ناحية بعض الأشخاص، والمواقف والأماكن، وما سببها المباشر، وما أسلوب استثمار هذه التصرفات.

أين المشكلة؟

قاطعه محمود:

- نحن نريد أن نعرف هل نحن المشكلة؟ أم أننا سبب المشكلة؟ أم أنَّ غيرنا هم الذين سبَّبوا لنا مشكلة؟

لا زالتْ ابتسامة الدكتور فاضل واسعة، وهو ينظر إلى الجميع كأنه يطلب منهم الاقتراع على كلام محمود.

قال هشام:

- نعم نريد أن ندرك لماذا يرتبط لفظُ الشباب دائمًا بالمشاكل؟

أدار الدكتور فاضل عينيه على الأصدقاء، كأنه يطلب المزيد.

(١) للمؤلف سلسلة بعنوان: (إدارة الذات) تحتوي على مجموعة كتب في التعامل مع الذات، والارتقاء بها في مجالات مختلفة للوصول إلى النجاح.

فقال أيمن في تردُّدٍ:

– نعتذر يا دكتور فاضل عن المقاطعة، ولكن هذا هو السؤال الذي يـــدور في أذهاننا كما بَيَّنَ الأصدقاء، ونجد أن كلامك يدور في نفس المعـــنى الـــذي ترفضه عقولنا؛ (أننا سبب المشكلة)، وأننا لا بُدَّ أن نلومَ أنفسنا في البداية، أليس هذا هو ما تقصد، أم أننا لم نفهم؟

قال الدكتور فاضل وهو يستوي في جلسته استعداداً لحديث طويل:

– إنكم لم تخطئوا الفهم، وأنا لم أخطئ التعبير، ولكن هل اقتنعتم بتقســـيم المراحل السابق؟

أشار الجميع برؤوسهم، وقـــال البعض:

– نعم.

– إذاً فأنتم مقتنعون أن هـــذه المرحلة التي تمرون بها هـــي طـورٌ أعلى من المراهقة، وأدنى من الرشد؟

صمت الدكتور فاضل انتظـــاراً للإجابـــة، فاســـتدرك الأصدقـــاء صمتهم، وقالوا مسرعين:

– نعم .. نعم.

مرحلة اتخاذ القرار :

استمر الدكتور فاضل قائلا:

- وإنَّ هذه المرحلة هي الإعداد الأساسيُّ لتحمُّل المسؤولية، وسواء سمَّينا هذه المرحلة (**المراهقة المتأخرة**) وهي تسمية خاطئة أوافقكم على ذلك، أو سميناها مرحلة (**بلوغ السعي**)، وهي تسمية قرآنية مُتَّسِعَة المعنى، أو سميناها (**مرحلة الشباب**) فإنها مرحلة هدوء (**عاصفة المراهقة**) تمامًا، وبداية جمع الأشتات، وضبط المشاعر، أو فلنقل هي مرحلة (**اتخاذ القرار**).

نظر الدكتور فاضل إلى ابتسامة أيمن المتسعة، ثم قال مُسْتَفْهِمًا:

- أنا أبتسم على كلمة (**عاصفة المراهقة**)، فعندما قرأنا كتاب (**مراهقة بلا أزمة**)[1] عَلِمْنا أن المراهقة، ومرحلة الضغط والانفجار، والكهف المظلم، والليل البهيم، وكل هذه الألفاظ التي تُطْلَقُ على المراهقة ما هي إلا صفات المرضى من المراهقين، وأن انحراف المراهقة هو نتاج البيئة، فلماذا نعود إلى نفس المصطلحات؟

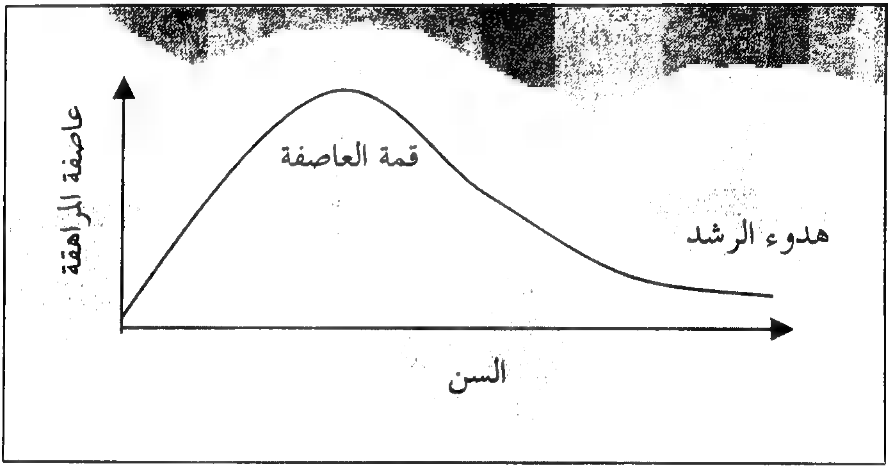
ابتسم الدكتور فاضل سعيدًا بهذه المعلومات، وقال:

- نحن لا نعود للمصطلح، ولكن لا نُنْكِرُ -أيضًا- أن مرحلة المراهقة فيها

---

(١) الكتاب الثاني من هذه السلسلة للمؤلِّف، وهو على جزأين؛ الأول بعنوان: (ترويض العاصفة)، والثاني بعنوان: (فنون تربوية).

بعض المشاكل الناتجة عن طفرات النمو، وقلة الخبرة، والبيئة كما بَيِّنْتَ، وأن قمة هذه المشكلات تكون في (**المراهقة الوسطى**) ثم تبدأ في الانكسار مع بدايات هذه المرحلة -مرحلة الشباب- حتى نصل إلى الاستقرار مرة أخرى.



قضيةُ تأجِيل الرُّشد

استمر الدكتور فاضل وهو ينظر إلى الشباب، ثُمَّ وَجَّه حديثه إلى أيمن مرة أخرى.

- وأنا يا أيمن لا أُنْكِرُ ما قلتَ كما بَيَّنْتُ لَكَ، وسوف أُقَدِّمُ لك بعض الأدلة عليه، ولكن أقول في البدء: إن أول مَنْ كتب عن المراهقة حديثًا هو (جورج ستانلي هول) عالم النفس الأمريكي، مؤسس علم نفس النمو، وهو صاحب الاقتراح بفكرة مرحلة المراهقة (Adolescence) كمرحلة وسط بين البلوغ الجنسي والرشد، وذلك في نهاية القرن التاسع عشر.

وبنى نظرياته التي نشرها عام ١٩٠٤م على نظرية (دارون) للتطور، وكانت المراهقة في رَأيه مرحلة الضغط والعاصفة Storm and Stress التي تعكس مرحلة انتقال مضطرب وتطور، وفي رأيه أن البيئة لا تأثير لها على التَّغَيُّرَاتِ التي تحدث في المراهقة.

ولكن مع ملاحظة أنَّ في بعض المجتمعات يتحدد الرشد بالبلوغ الجنسي، ويرى البعض أن كلَّ ظروف المراهقة ما هي إلا صناعة أوجدها ظروف المجتمع الصناعي الحديث بتعقيداته وتراكيبه.

نظر الشباب بعضهم إلى بعض، ثم قال محمود:

– الحقيقة يا دكتور الكلام أصبح علميًّا، ونحن تخصصات مختلفة فلذلك نريد التبسيط.

استمر الدكتور فاضل بعد ابتسامة خفيه قائلا:

– في المجتمعات الريفية الزراعية والمدن الصغيرة لاحظ الباحثون أن الغلام أو الفتاة ما إن يصلا إلى سِنِّ البلوغ (١٢-١٥سنة) حتى تُوكَلَ إليهما أعمال الراشدين، فيكتسبا صفات الرُّشْدِ، ثم إن هذا المثال واضح جِدًّا في بيئة الإسلام؛ فما هو تفسيركم لموقف إسلام علي بن أبي طالب وهو في العاشرة من عمره، وقيادة أسامة جيش كبير وهو في السادسة عشرة، وزواج عائشة في التاسعة، وفاطمة في الخامسة عشرة، وأسماء بنت عميس في الثانية عشرة، وزوجها كان في العشرين، وإسلامهما في هذا السنِّ، وهجرتهما إلى الحبشة، بل وجعفر زوجها يكون قائِدَ المهاجرين، والمتحدِّثَ الرسمي باسمهم أمام ملك الحبشة، كل هذا وسنهم في حدود هذه المرحلة، وهناك الكثير من المواقف التي تدل على أن **بلوغ الشباب الرشد هو نتاج مجتمع راشد.**

انفرجت أسارير الشباب لهذه العبارة الأخيرة، وقال هشام في فرح:

– نعم يا دكتور، أخيرًا قلتها، نحن لسنا مشكلة، إنما المشكلة في مجتمعنا.

قال الدكتور فاضل:

– أوافقك مع تَحَفُّظٍ؛ أن المجتمع هو نتاج أفراده، ومناهج المجتمع تنبع من المناهج التي يعتنقها أفراده.

لا علينا، نعود إلى سؤالنا: ما الذي أوجد فترة المراهقة بين البلوغ والرشد؟

قال أحمد:

- ولكن هذا تاريخ يا دكتور، فما أهميته؟

قال الدكتور فاضل:

- إن معرفتنا بالأسباب التي تُطِيلُ فترة المراهقة سوف تُعَرِّفنا معنى (**تأجيل الرشد**).

قال محمود متعجبًا:

- ماذا يعني **تأجيل الرشد**؟ هل يمكن أن يظل الإنسانُ مراهقًا مدى الحياة؟

ضحك الأصدقاء من أسلوب محمود، وقال الدكتور فاضل مبتسمًا:

- ليس مدى الحياة، ولكن يتأخر وصوله إلى الرشد، بل وتبقى بعض مظاهر المراهقة ملازمة له في حياته.

قال هشام باقتناع:

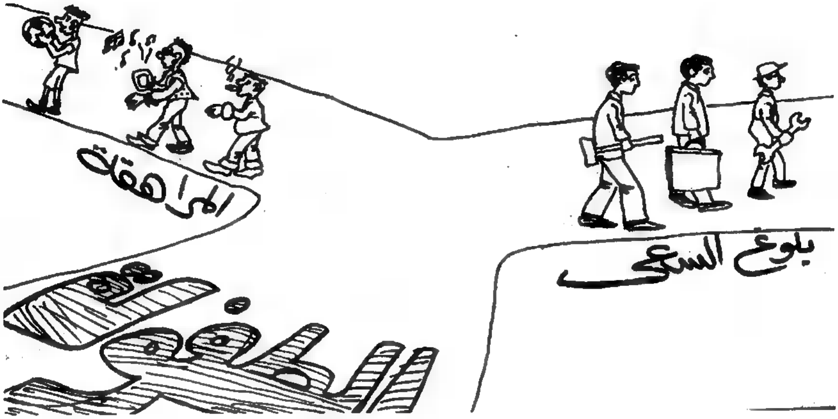
- نعم، فما هي أسباب تأجيل الرشد يا دكتور؟

قال الدكتور فاضل:

- أسباب ظهور فترة المراهقة تَنْبُعُ من نُظُمِ التعليم التي وُضِعَتْ، وكان الهدف منها أساسًا الإعداد للرشد، ولكنها -ومع إطالة فترة التعليم- تزداد اعتمادية الفرد على الآخرين، التي هي السبب الأساسي لتأجيل بلوغ مرحلة الرُّشد.

قال أحمد:

– ويظل متأرجحًا؛ لا هو مراهق، ولا هو راشد!!



قال محمود:

– وإذا تصرَّف كمراهقٍ يُلامُ على ذلك!

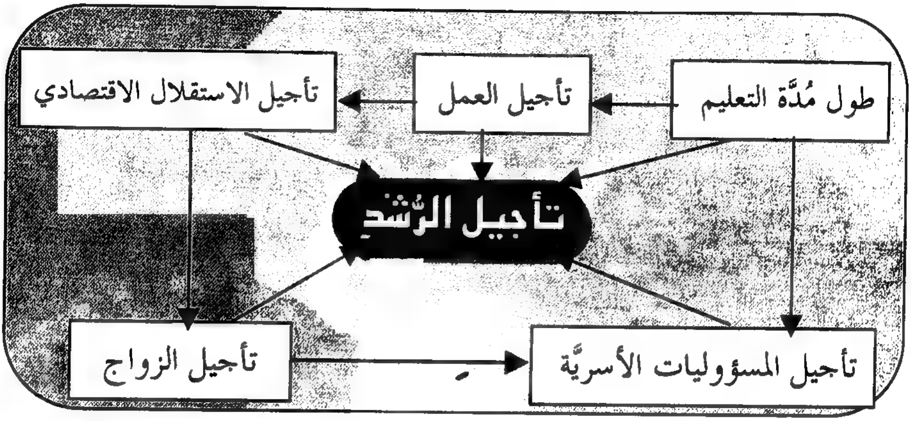
قال الدكتور فاضل:

– ومن هنا ظهر السبب الأول لتأجيل الرشد؛ وهو :

زيادة اعتمادية الفرد، وعدم استقلاله، ثم بسبب النمو الصناعي أصبح على الفرد أن يزدَادَ من الثقافة المؤهِّلَة للعمل.

وظهر التعليم الجامعي الذي أطال فترة التعليم أكثر، وأَجَّلَ الانغماس في محيط العمل، الذي أَجَّلَ –بالتالي– الاستقلال الاقتصادي، مِمَّا أَدَّى إلى تأجيل الزواج وتكوين الأسرة.

وهذان العاملان إن وجدا -الاستقلال الاقتصادي، وتكوين الأسرة- يكون الشاب والفتاة قد دخلا المجال الواسع لمرحلة الرُّشْدِ.



ولذلك نستطيع أن نلخِّصَ أهمَّ مظهرين من مظاهر مشكلات الشباب في:

١- البطالة الاقتصادية.

٢- البطالة الجنسيَّة.

وإن كانت مرحلة الطفولة تنتهي بالبلوغ الجنسي حيث تتحدد بداية مرحلة المراهقة تحديدًا واضحًا، فإن نهاية هذه المرحلة

والدخول في طور (**بلوغ السعي**) يكون أقلَّ وضوحٍ؛ حيث تتحكم فيه العوامل الثقافية والاقتصادية والاجتماعية.

حتى يحدث الرشد

قال محمود:

- يعني لا يستطيع الواحد مِنَّا أن يقول أنه خرج من مرحلة المراهقة إلى بلوغ السعي أو الشباب بعلامة مُمَيَّزَة مثل البلوغ الجنسي مثلا.

قال أيمن:

- ومِنَ الواضح -أيضًا- أنك لا تستطيع أن تقول: إن مرحلة الشباب قد انتهت وبدأنا في الرشد.

قال الدكتور فاضل مؤكِّدًا:

- نعم، ولكن تنتهي المرحلة غالبًا عندما يستطيع الشاب أن يحصل على استقلاله اقتصاديًّا بالعمل والكسب، واجتماعيًّا بالزواج وتكوين الأسرة.

وحتى يحدث هذا فإن إحساسه الشخصي ينبض بأنه لم يعد صغيرًا، ويطالب أن يتوقَّفَ مَنْ حوله عن معاملته على أنه صغير.

وبالنسبة لِمَنْ حوله فإنهم يعترفون بأنه لم يعدْ طفلا، وإن كانوا يتردَّدون في الاعتراف به كرجل.

ولذلك نجد الكثير من الأشخاص، وخاصة أولئك الذين يستمرُّون في

التعليم دون بدء العمل أو الزواج يسلكون مرحلة جديدة يمكن تسميتها (**طور تأجيل الرشد**) Moratorium وهو الطور الذي نحن بصدده، ونسميه (طور الشباب)، وهو يضم المرحلة الجامعية وما بعدها.

قال هشام:

- ولكن يا دكتور هل هذا يؤثِّرُ على تكوين الفرد وبنائه الداخلي؟

قال الدكتور فاضل:

- إن مرحلة الشباب مرحلة اجتماعية سيكولوجية؛ حيث تتحكم في بدايتها ونهايتها للوصول إلى مرحلة الرشد ظروفُ المجتمع كما بيَّنَّا. وأهم مظاهرها لا تكون مظاهر بيلوجية؛ أي في نمو الجسد، بل مظاهر سيكولوجية؛ أي بناء شخصية الشاب.

قال أيمن:

- وهل التأجيل هو الذي يؤدي إلى المشاكل يا دكتور؟

قال الدكتور فاضل:

- مؤقتًا لن أتحدث كثيرًا عن المشاكل، ولكن سنتدرَّج معًا لنصلَ إلى بعض آثار هذا التأجيل.

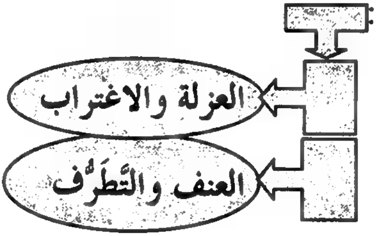
شباب العصر

توجد سِمَتَانِ لمرحلة الشباب في هذا العصر:

الأولى: المدى الواسع من الخيارات والبدائل المُتَاحَة من أساليب الحياة والأدوار الاجتماعية؛ بسبب النمو التكنولوجي والاجتماعي.

الثانية: زيادة مسؤوليته الشخصيَّة عن اختياره دون تَدَخُّلٍ مباشر من الأسرة أو من تقاليد المجتمع؛ حيث المطالبة المستمرة والمُلِحَّة بالحرية بمفهوم عدم استشارة الآخرين؛ وإزكاء روح صراع الأجيال، وهذا يؤدي إلى إطالة فترة الاختيار، واتخاذ القرار بسبب عدم اكتمال وسائله النفسيَّة والعقلية والمادية مِمَّا يؤدي إلى تأجيل الرشد.

وإذا طالت هذه الفترة أكثر مِمَّا يجب - وتكون هذه الإطالة رغم أنف الشباب أنفسهم؛ بسبب ظروف اجتماعية (عدم المقدرة على العمل والزواج) أو ظروف اقتصادية (عدم وجود عمل، والمغالاة في مطالب الزواج) فإن ذلك يؤدي إلى أحد الأمرين:



قال هشام في شبه إحباط:

- أحكام جاهزة، وتُهَمٌ متكَرِّرَة، ولا زال الحديث يدور في دائرة أن الشباب مشكلة.

قال أيمن مخاطبًا هشام:

- لا، حاول أن تفهم يا هشام؛ إن كلام الدكتور كله يدور حول الدافع الذي يؤدي بالشباب إلى هذه الهاوية.

ابتسم هشام وهو يقول:

- الهاوية!!

قال أحمد بجِدِّيَّة:

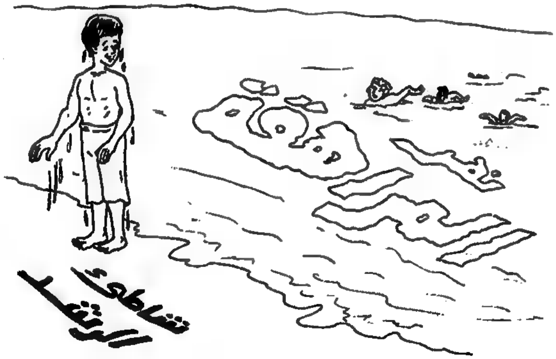
- نعم الهاوية، فماذا نقول في هذه الاختيارات؛ العزلة، الاغتراب، العنف، التطرف، وأضف إليها الانحلال والتسيُّب. فأين يجدُ الشابٌّ الذي يريد الاستقامة والاعتدال طريقَهُ في هذه الحياة؟

قال الدكتور فاضل وهو يمسك طرف الحديث:

- أن يَعْبُرَ مرحلة المراهقة بسلام إلى مرحلة الرُّشْدِ.

قال أيمن مبتسمًا:

- لا يا دكتور، نريد أولا أن نَعْبُرَ من مرحلة المراهقة إلى مرحلة الشباب أو بلوغ السعي.



قال محمود في انفعال:

-نعم؛ أريد أن أَتَعَرَّفَ على الخصائص النفسيَّة التي من خلالها سيشعر المراهق أنه تَعَدَّى مرحلة المراهقة، وبدأ في مرحلة الشباب.

قال الدكتور فاضل مبتسمًا:

- محمود يريد أن يبدأ من أَوَّلِ الطريق؛ من أول المرحلة وأنتم تُلِحُّون عليَّ

في الحديث عن نهايته؛ حول الخروج من مرحلة بلوغ السعي إلى الرشد.

بداية المرحلة

ويمكن تلخيص بداية المرحلة في:

أ- اقتراب شكل الجسم ووظائفه من آخر درجات النضج، واكتساب شكل الرجولة الكاملة، وانتهاء مرحلة التَّرَهُّل الطفلي.

ب- الإحساس بأنه لم يعدْ صغيرًا، بل ويعيش دَوْرَ الكبير.

ج- اعتراف الآخرين بأنه لم يعد طفلا وإن كانوا يترددون في الاعتراف به كرجل.

ونهاية المرحلة

وبنهاية المرحلة في سِنِّ ٢٥ سنة تقريبًا

أ ـ يترك التعليم بعد استكماله.

ب ـ يلتحق بعملٍ دائمٍ.

ج ـ يتزوج.

د ـ يترك فترة الطلب، ويبدأ في حياة الراشدين.

الاستقرار

إن خصائص الانتقال من المراهقة إلى الشباب تتلخص في كلمة واحدة [الاستقرار].

فكان أَهَمُّ ما يُمَيِّزُ مرحلة المراهقة التَّقَلُّب وعدم الاستقرار في الميول المهنية، والهوايات، ونوع الملابس، وأساليب الترويح، والصداقات، والتقلُّب المزاجي، والتأثر بالدعاية والإعلان وآراء الآخرين. يتحول كلٌّ ذلك في هذه المرحلة إلى الاستقرار والثبات؛ وخاصة استقرار النظر إلى المهنة والهوايات.

ومن الأسباب التي تعوق الاستقرار:

- أن يعيش مع أسرته طوال الوقت.

- مبالغة الوالدين في الحماية.

والحلُّ في استقلال الفتي في هذا السِّنِّ ببعض حياته بعيدًا عن أسرته، مثل ما يحدث في المعسكرات، والمدن الجامعية، والتجنيد، والاندماج الاجتماعي في النوادي والجمعيات الخيريَّة؛ لأن الأقران والمشرفين في هذه المجتمعات لا يقبلون منه عودة التقلُّب والتذبذب؛ فهم أقل تسامحًا في هذا المجال، وهذا يعطي شكلا من أشكال التدريب على الاستقرار.

قال أيمن وكأنه يُلَخِّصُ كلامَ الدكتورِ فاضل:

ـ أي إن واجبَ المجتمع دفعُ الشاب للخروج مـن تقلُّـبِ المراهقـة إلى استقرار الشباب.

قال الدكتور فاضل مُكْمِلا كلام أيمن:

- العائلة الكبيرة الممتدة شـكل مـن أشـكال مجتمعات الاستقرار أكثر من الأسرة الصغيرة.

إنَّ حصولَ الشابِّ على مكانة في البيت، أو في مكـان التعليم تدفعه لاكتساب أنماط السلوك الناضج، كما تعطيه في الوقت نفسه نمطًا محدودًا للسلوك المتوقَّع كهدف يسعى إليه.

وكذلك استخدام لفظة رجل أو امرأة نوع من أنواع اعتراف المجتمع لهـم بمستوى النضج اللازم لِتَحَمُّلِ المسؤولية.

هدوء العاصفة

هكذا قال الدكتور فاضل وهو يقلب بعض الأوراق أمامه، ثم رفع رأسـه لينظر إلى الشباب مِنْ حوله، وكأنه يسمع أثر هذه الكلمة عليهم.

قال هشام مُدَاعِبًا:

- العاصفة مرة أخرى يا دكتور؟!

قال أيمن:

- ألم نتأكد أن موضوع العاصفة مبالغ فيه، وأن مرحلة المراهقة ما هـي إلا مرحلة تغيرات سريعة تقوم البيئة بدور كبير في التعامل معها؟

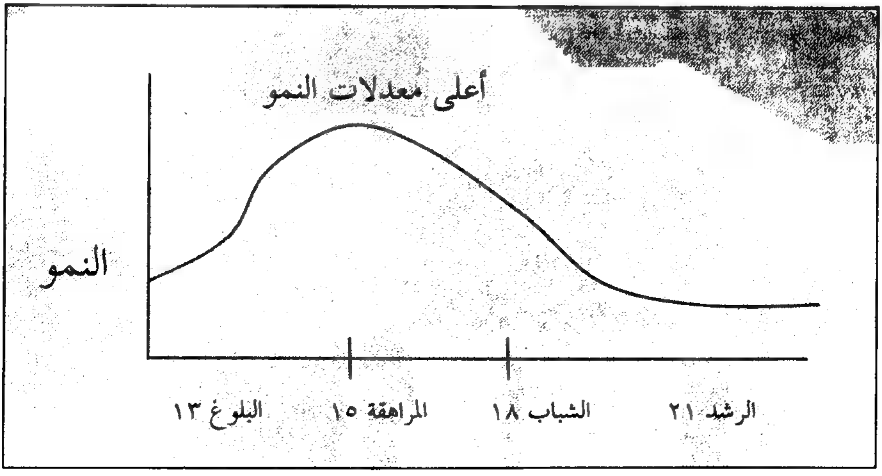
قال الدكتور فاضل:

- نعم أنا معكم، وسعيد ببدء ترتيب المعلومات في أذهانكم، ولكن الأمر لا يمنع أن هناك تغيرات سريعة في النمو في هذه السنين الخمسة التي مَرَّتْ بكم منذ أن بلغتم الحُلُمَ، وحتى بداية هذه المرحلة؛ أي منذ سن ١٣ سنة، وحتى سن ١٨ سنة تقريبًا.

وكما بَيَّنَّا أن مُنْحَنَى النمو في جميع نواحي الفرد يبدأ في الزيادة الحادة، ثم يرتفع بشدة إلى قمته في وسط مرحلة المراهقة، ثم يبدأ في الانحسار والهدوء، والعودة إلى معدلات النمو الطبيعية في هذه المرحلة التي نحن بصددها، والممتدة من سِنِّ ١٨ إلى ٢١ سنة، ثم يبدأ في الاستقرار النسبي بعد هذا السِّنِّ، وفي بدايات مرحلة الرشد إلى آخر العمر.

وضع الدكتور فاضل ورقة أمام الشباب، ثم أردف قائلا:

- انظروا إلى هذا المنحنى.



اشتد انتباه الأصدقاء أكثر بعد رؤيتهم للمنحنى السابق، فقـــال الدكتـــور فاضل:

– والآن يمكن أن نرى ملامح النمو في مرحلة الشباب؛ لتكـــون المدخـــل الطبيعي لتحديد نوعيَّة المشاكل؛ هل هي مشاكل نمو، أم مشاكل اجتماعيـــة، أم مشاكل أُسَرِيَّة.

قال محمود:

– قد تستطيع تحديد أصل المشكلة يا دكتور، ولكن استمرارها، وصعوبـــة حَلِّهَا، وتراكمها تكون أسبابها مختلفة متداخلة.

قال أحمد مداعبًا:

– ما شاء الله على العلم يا أستاذ محمود.

ضحك الجميع، وابتسم الدكتور فاضل وقال:

– عندما نلتقي في مَرَّةٍ قادمة قد تجدون بعض المفاجآت في كلامي؛ فسوف نبدأ أوَّلَ خطوات رحلتنا من الداخل.

انصرف الأصدقاء بعد شكرٍ وتحيَّةٍ الدكتور فاضل الذي وَدَّعَهُم بابتســامته الحانية حتى باب بيته.

- كانت **حساسية المصطلح** هي أول ما اعترض طريق الحوار بين الشباب وبين الدكتور عبد الرحمن فاضل الخبير التربوي.

- أزال الدكتور فاضل الحساسية بالرجوع إلى **المصطلح القرآني** البليغ، فكانت هذه المرحلة في القرآن هي مرحلة (**بلوغ السعي**).

- **للإنسان ثلاثة أعمار** حسب الترتيب القرآني؛ هي:

١- **عمر الضعف الأول**: ويضم الطفولة والمراهقة، ويمتد من الولادة إلى حوالي ٢١ سنة.

٢- **عمر القوة**:ويضم الرُّشْدَ والأشُدَّ، ويمتد من ٢٠ إلى ٦٠ سنة.

٣- **عمر الضعف الثاني**: ويضم الشيخوخة والهِرَمَ، ويمتد من ٦٠ سنة إلى القبر.

- **طور** (**بلوغ السعي**) هو موضوع هذه الحوارات، ويقع في شكل متداخل بين العمر الأول والعمر الثاني، أو هو عمر العبور من ضعف العمر الأول إلى قوة العمر الثاني.

- **تأجيل الرشد** مرض اجتماعي ناتج عن الثورة الصناعية، وتَعَقُّدِ الحياة في المدينة، وأسبابه تأجيل العمل والزواج، وأهم مظاهره وجود مرحلة مراهقة طويلة.

- بداية **مرحلة الشباب** هي آخر أنفاس عاصفة المراهقة، ونهايتها أول نسمات بلوغ الرشد.

بداية المراهقة فسيولوجية (وظيفية) بالبلوغ الجنسي، وبداية الرشد اجتماعية ونفسية بالاختيار حتى إيناس الرشد.

﴿وَابْتَلُوا الْيَتَامَى حَتَّى إِذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُم مِّنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾ (النساء: ٦)

البَابُ الثـانـي

منازل الرحلة

سمات مرحلة بلوغ السعي

رَحَّبَ الدكتور فاضل بضيوفه الشباب الذين استشعروا الإيناس بوجودهم معه؛ حيث أزال اللقاء السابق الكثير من سوء التفاهم.

قال أحمد مبتسمًا:

- وَعَدْتَنَا يا دكتور بالكثير من المفاجآت هذا اليوم، ونحن مستعدون.

قال الدكتور فاضل وهو يُقَلِّبُ في أوراقه:

- ليس اليوم فقط، ولكن في لقاءاتنا التالية ستكون هناك الكثير من المفاجآت.

قال أيمن في تردُّدٍ:

- أظنُّ ستحدِّثنا يا دكتور حول سمات مرحلة بلوغ السعي السنيَّة.

ابتسم الدكتور فاضل وهو يرفع رأسه من على أوراقه ويقول:

- نعم؛ ولأننا قلنا: إنها رحلة، وسنبدأها من الداخل، فسوف نترل في سبعة منازل -إن شاء الله- هي الجوانب التي يكون فيها النمو في هذه المرحلة وهي:

١- النمو الجسمي.

٢- النمو الجنسي.

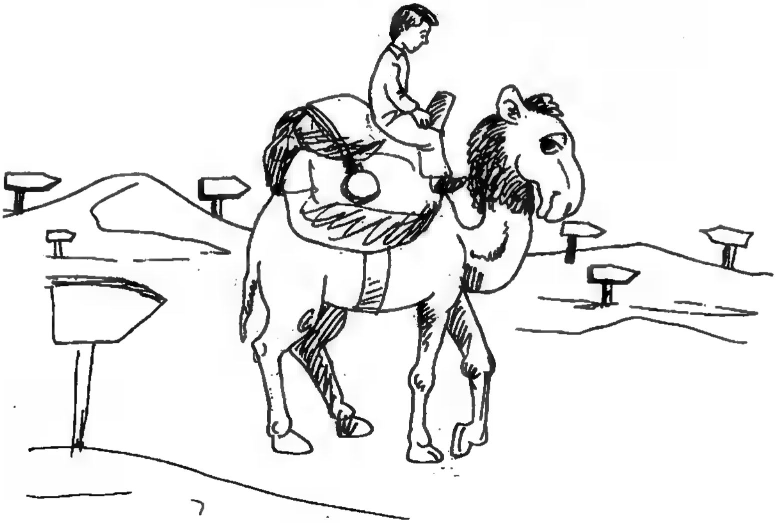
٣- النمو الانفعالي.

٤- النمو العقلي والمعرفي.

٥- النمو الاجتماعي.

٦- النمو الديني والخلقي.

٧- النمو النفسي.



الفصل الأول

1

النمو الجسمي

انتبه الجميع وبدأ الدكتور فاضل الحديث قائلا:

والحديث عنه يعتبر استكمالا لِمَا بدأناه في اللقاء السابق حول مُنْحَنَى النمو، ويمكن تلخيص أهم ملامحه كالآتي:

١- بطء في النمو؛ حيث بداية الهدوء بعد طفرة النمو في المرحلة السابقة، وَلْنَأخُذْ مثالا على الطول والوزن مقارنة بالمرحلة السابقة من الجداول التالية، مع ملاحظة أن الذكور أطول من الإناث في نفس العمر بشكل واضح، ويستمر الحال كذلك في المراحل العمرية التالية:

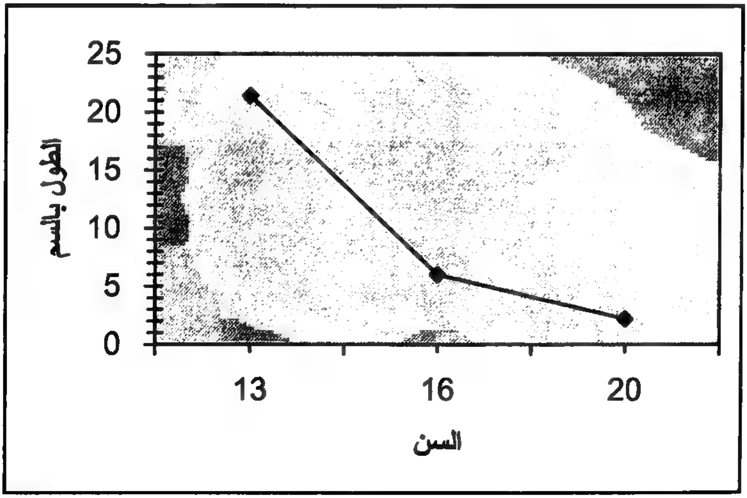
والجدول التالي يرصد متوسط الزيادة في طول ووزن البنين على مدى مرحلة المراهقة من سن ١٣ إلى ٢٣ سنة حسب المعايير المِصْرِيَّة.

السن	البنين		البنات	
	الطول بالسم	الوزن بالكجم	الطول بالسم	الوزن بالكجم
١٣	١٤٣,٢	٣٩,٥	١٥١,٢	٣٩,٥
١٤	١٥٣,٥	٤٤,١	١٥٤,٦	٤٦,٩
١٥	١٥٩,١	٤٨,٨	١٥٧,١	٥٠,٥
١٦	١٦٤,٦	٥٤,٢	١٥٧,٥	٥٢,٤
١٧	١٦٧,٧	٥٨,٥	١٥٧,٨	٥٣,٨
١٨	١٦٩,٣	٦٠,٤	١٥٨,٨	٥٤,٣
١٩	١٧٠,٨	٦٣,٦	١٥٨,٨	٥٤,٤
٢٠	١٧٠,٨	٦٣,٦	١٥٩,١	٥٥,٦
٢١	١٧٠,٨	٦٥,٧	١٥٩,١	٥٥,٨
٢٢	١٧١,٥	٦٥,٧	١٥٩,٤	٥٦,٠
٢٣	١٧٢,٨	٦٨,٥	١٥٩,٧	٥٦,٩

وبالنظر إلى الجدول نجد أن الفتى والفتاة قد زاد كل منهما في المراحل الثلاث كالآتي:

السن	البنين		البنات	
	زيادة الطول بالسم	زيادة الوزن بالكجم	زيادة الطول بالسم	زيادة الوزن بالكجم
١٣–	٢١,٤	١٤،٧	٦,٣	١٢,٩
١٦–	٦,٠	٩,٤	١,٦	٣,٢
٢٠–٢٣	٢,٢	٤,٩	٠,٦	١,٣

ويمكن أن يتضح الأمر أكثر إذا مثّلناه في هذا المنحنى



نظر الدكتور فاضل إلى الشباب بعد تأملهم للجداول، ثم عَلَّقَ قائلا:

إن النمو الجسمي يسير مضطَّرِدًا حتى سن ١٥ سنة عند البنات، و١٧ سنة عند البنين، ثُمَّ تكون الزيادة بعد ذلك ضئيلة للغاية، وتتزايد الفروق بين الجنسين في الوزن أكثر منها في الطول؛ وذلك لتأثُّر الوزن بظروف التغذية، وغيرها من الظروف البيئية التي تفرض على الإناث قيودًا -وخاصة في طَوْرَيْ المراهقة المبكِّرَة والشباب- للمحافظة على رشاقة الجسم، ولهذا تبدو البنات أخفُّ وزنًا من البنين في مرحلة النمو.

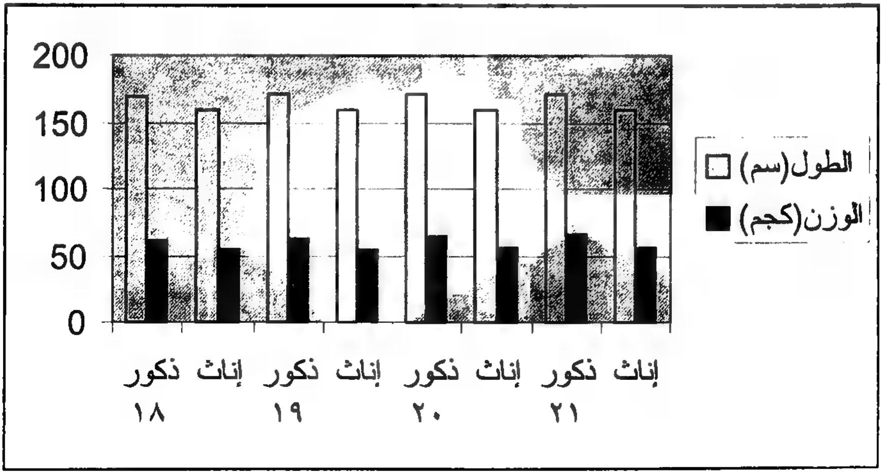
ومعنى ذلك أن النمو الجسمي في هذه المرحلة - (**مرحلة الشباب**)، أو طور (**بلوغ السعي**)، أو (**المراهقة المتأخرة**)- يصل إلى درجة من الاستقرار والثبوت، وهو ما سنلاحظه على غيرها -أيضًا- من جوانب النمو وخاصة في النواحي السلوكية؛ حيث الاستقرار في النمو؛ أي (**هدوء العاصفة**).

نظر الدكتور فاضل إلى الشباب مبتسمًا وهو يقول الكلمة الأخيرة، فبادلوه الابتسامة، ثم قال وهو يعرض عليهم بعض الأوراق:

ـــ والجدول التالي يُبَيِّنُ المقارنة بين طول ووزن كلا من البنين والبنات في مرحلة المراهقة المتأخرة (الشباب).

العمر	١٨		١٩		٢٠		٢١	
النوع	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث
الطول(سم)	١٦٩,٣	١٥٨.٨	١٧٠,٨	١٥٨,٨	١٧٠,٨	١٥٩,١	١٧١,٥	١٥٩,٣
الوزن(كجم)	٦٠,٤	٥٤,٣	٦٢,٥	٥٤,٤	٦٣,٦	٥٥,٦	٦٥,٧	٥٥,٨

ويتَّضِحُ من الجدول أن الزيادة في الطول بالنسبة للذكور من أول المرحلة إلى أخرها -أي أربع سنوات- لا تتعدى ١,٥ سم، وبالنسبة للإناث ٠,٥ سم. أمَّا الزيادة في الوزن بالنسبة للذكور فهي حوالي ٥,٣ كجم، وبالنسبة للإناث ١,٥ كجم. والفرق في الطول والوزن بين الذكور والإناث ثابت تقريبًا، وهو حوالي ١١ سم طولا، و٨,٥ كجم وزنًا، ويتَّضح الجدول أكثر عندما نلاحظه كشكل بياني.

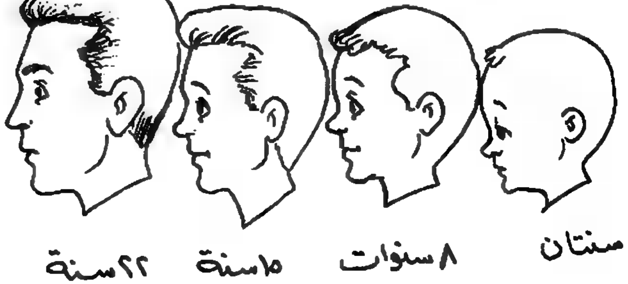


والملاحظات التي أحبُّ أن أُرَكِّزَ عليها هنا يا شباب

١- هناك اختلافٌ واضحٌ في طول ووزن الفتى والفتاة في هذه المرحلة، وواضح أن الولد يفوق البنت في الطول حوالي من ١٠-١٢سم، وفي الوزن حوالي من ٨-١٠كجم.

٢- هناك شبه استقرار في طول ووزن كلٍّ من الفتى والفتاة في هذه المرحلة؛ حيث تكون الزيادة طفيفة فيها بالمقارنة بطفرة النمو في المراهقة، وسرعة النمو في الطفولة.

ويساعد البطء في النمو الشاب والفتاة في إحداث التكامل بين مختلف الوظائف العضلية، ولهذا يُلاحَظُ التحسن في صحة الشاب مع تجاوزه لصور الخلل والارتباك التي ظهرت عليه في المرحلة السابقة؛ فقد أصبح استغلاله لطاقته الداخلية في التوازن الحركي والنفسي والانفعالي أكثر انضباطًا بعد أن كانت تُستَغَلُّ كلها في النمو الداخلي، مِمَّا كان يصيب المراهق بالخمول.



ومع نهاية المرحلة يحدث:

١- تصحيح نِسَب الجسم وخاصة في الوجه؛ حيث تستقر ملامح وَجْهِ الرَّاشد.

مثال: الأنف كان كبيرًا نسبيًّا، فيتعدل حجمه بالنسبة لزيادة حجم الفك وحجم الوجه بصفة عامة.

٢- وضوح الشكل العام لقوام الذكر أو الأنثى، وانتهاء ذلك الشكل الهذيل أو المتضخِّم.

٣- تكتمل الأسنان الدائمة، وتبدأ أضراس العقل في الظهور؛ لتكتمل (أربعة أضراس) في نهاية المرحلة تقريبًا.

٤- يزول حَبُّ الشباب -في الغالب- وغيره من الاضطرابات الجلديَّة.

٥- يصل القلب إلى حجمه الكامل.

أمَّا بالنسبة للنمو الفسيولوجي (وظائف الأعضاء) فيحدث:

١- توازن في الغُدَدِ.

٢- اكتمال نضج الخصائص الجنسية الثانوية (الشَّعْر، والصوت، والعرق، وصدر الأنثى ...)

٣- التكامل بين الوظائف الفسيولوجية والنفسية.

٤- انتظام دورة الحيض للأنثى، وزوال الكثير من مشكلاتها.

ويحدث الاستقرار -أيضًا- بالنسبة للنمو الحركي على شكل:

١- الاستقرار والرزانة، والتآزر التام في الحركات.

٢- تزداد المهارات الحِسِّيَّة والحركية؛ فتستقر المواهب سواء الرياضية أو الفنية.

أمَّا التوجيهات المهمة هنا فهي:

١- النشاط الرياضي والمشي، والأفضل تدعيم أيِّ هواية رياضية، سواء كانت جماعية أو فردية.

٢- الالتزام بالعادات الحركية الصحيحة(١).

٣- الابتعاد عن السهر والتدخين، وكلِّ ما يستنفذ الطاقة والحيوية.

٤- الاهتمام بالغذاء الصحي، الذي يحتوي على نِسَبٍ منضبطة من عناصر الغذاء الأربعة المهمة (البروتين، والكربوهيدرات، والفيتامينات، والأملاح).

٥- ترسخ العادات المهمة للنمو الجسمي في هذه المرحلة، وتستمر معه في مرحلة الرشد مثل:

---

(١) يُرَاجَعُ قاموس الأوضاع الصحيحة في نهاية كتاب: (بين الوقاية والعلاج) الجزء الثاني من كتاب: (قوية الجسم) في سلسلة (المرأة وإدارة الذات) للمؤلف.

- عادات التغذية.
- عادات التدريب الجسمي.
- عادات الراحة والنوم.
- عادات العمل.
- عادات الدراسة.

اتَّسعت ابتسامة الأصدقاء وهم ينظرون إلى الدكتور فاضل بِوُدٍّ بعد أن انتهي من كلامه، ثم قطع أيمن الصمت قائلا:

- فرق كبير بين المحاضرة والنقاش!

قال محمود:

- أنا في الحقيقة أحِبُّ أسلوبَ النقاش، فهو يجعلني يَقِظًا.

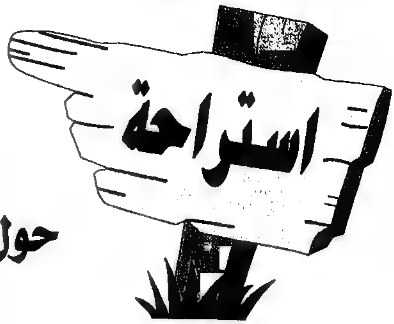
قال أحمد:

- وأكثر من ذلك؛ فهو يعطي الفرصة لتحليل المعلومة وتفهيمها ، فيسهل التعامل معها.

نظر الدكتور فاضل إلى هشام كأنه يسأله عن رأيه، ولكنه اكتفى بالابتسام والتحرك في مقعده، فقال الدكتور فاضل:

أنا شاكر لكم جدًّا أسلوبكم المؤدّب الذّكي في بيان اعتراضكم على أسلوب عرض المعلومات السابقة، ولكن الأمر يستدعي في كثير من الأحيان الاستطراد في شرح المعلومة، مِمَّا يجعلها في شكل محاضرة، قد تكون مُمِلّة بعض الشيء ولكن مع التركيز، ومحاولة تسجيل بعض النقاط يسهل الاستيعاب، ولذلك أعدكم بعد ذلك أن أجعل للحوار مساحة أكبر، وأن نُلَخِّصَ ما نقوله بين وقت وآخر. اتَّفَقْنَا؟

قالها الدكتور فاضل في لهجة تحمل كلّ الوُدّ جعلت الأصدقاء يبتسمون وهم يَهِمُّون بالانصراف.



حول النمو الجسمي

- مرحلة الشباب هي **بداية الاستقرار في النمو**؛ حيث انتهاء طفرة النمو التي كانت في المرحلة السابقة.

- أهم الملاحظات في نمو الطول والوزن في هذه المرحلة أن الفتيان يكونون أكثر طولا، وأكثر وزنًا من الفتيات، وأن هناك شبه استقرار في طول ووزن الفتاة والفتى.

- يبدأ كلٌّ مِنَ الفتى والفتاة في أخذ **الشكل شبه النهائي للرجل أو الأنثى**.

- أهم التوجيهات للاهتمام بالجسم في هذه المرحلة، تدور في:

١- العادات الغذائية.

٢- العادات الرياضية.

٣- عادات النوم والراحة.

٤- عادات العمل والدراسة.

٥- الابتعاد عن العادات السيئة.

الفصل الثاني

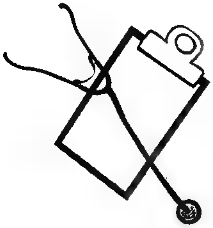
2

النمو الجنسي

جلس الدكتور فاضل في صالة بيته المتسعة وأمامه مجموعة من الأوراق والصور بعد أن رحب بالأصدقاء الأربعة الذين بدؤوا في احتساء ذلك المشروب المثلّج الذي قدّمه لهم، وبعد لحظة صمت بدأ في الكلام قائلا:

عرفنا أن بداية مرحلة المراهقة تتحدد بذلك التَّغيُّر الذي يحدث بسبب النمو الجنسي، ويُطْلَقُ عليه **(البلوغ الجنسي)**.

فقد بدأت الغدد تتحفز لإفراز الهرمونات التي تُنَشِّطُ الجهاز التناسلي في الذكر والأنثى ليبدأ العمل الفعلي.



قال أيمن في ارتباك:

ــ يا دكتور فاضل: نحن غير متخصصين في المجال الطبي، ونحتاج أن نتعرف ببساطه على تأثير الهرمونات، وتلك الأسماء العلمية التي تتكرر على أسماعنا؛ لندرك ماذا يحدث في أجسادنا.

ابتسم الدكتور فاضل وهو يقول:

- أخاف إذا تعمقت في هذا الموضوع أن أجد أصدقاءك ناقمين عليك.

انفعل الأصدقاء في مرح قائلين في أصوات متداخلة:

- لا..لا، سنفهم -إن شاء الله-. نريد فعلا أن نتعرف على الأندروجين والتستستيرون، وغيرها من الهرمونات

قال الدكتور فاضل وهو يمسك بصورة أمامه لجسم الإنسان:

الخطوة الأولى:

البداية كانت عند ضمور الغدة الثيموثية قبل البلوغ بوقت قليل، وكانت من مهمَّاتها إيقاف عمل الأجهزة التناسلية التي وُلِدَ الإنسان وهي موجودة فيه.

الخطوة الثانية:

وتبدأ في الدماغ؛ بتأثير ما يسمي الهيبوثالموس hypothalamus الذي يفرز مادتين، كلتاهما تؤثران على الغدة النخامية في الدماغ أيضًا؛ لتحفزاهما على إفراز هرمونين؛ أحدهما هرمون أنثوي يُنَشِّطُ الغدة الجنسية الأنثوية (المِبْيَض)، والآخر هرمون ذَكَرِي يُنَشِّطُ الغدة الجنسية الذكرية (الخِصْيَة)

الخطوة الثالثة:

حيث تبدأ هاتين الغدتين الجنسيتين (المبيض والخصية) في العمل ؛ فالغدة الذكرية (الخصية) تنتج هرمون الأندروجين، والغدة الأنثوية (المبيض) تنتج هرمون الأستروجين والبروجيستيرون، بالإضافة إلى أنَّ كلَّ غدَّةٍ تنتج كمية قليلة من هرمون النوع الآخر.

الخطوة الرابعة:

تفرز الغدة الكظرية (فوق الكلية) Suprarenal كميات كبيرة من هرمون الأندروجين في الجنسين.

ومن هذا العرض البسط يتبَيَّنُ لنا أن هناك عِدَّة حلقات متصلة من التأثير على مقادير الهرمونات الجنسية في كلا الجنسين، وأنَّ أيَّ اضطراب أو عطل في أي حلقة من هذه الحلقات قد تؤدي إلى اضطراب في النواحي الجنسية.

نظر الأصدقاء كلٌّ منهم إلى الآخر، ثم قال هشام:

- الكلام مبسَّط، ولكن الأسماء العلمية كثيرة جِدًّا، وإلى الآن لم نعرف تأثير هذه الهرمونات على ضبط الغريزة الجنسية؟

مهمة الهرمونات

ابتسم الدكتور فاضل وهو يقول:

- ليست مهمة الهرمونات ضبط الغريزة الجنسية كما تظن يا هشام، فهذا موضوع آخر سوف نتحدث فيه بتوسُّع، ولكن مهمة الهرمونات هو ضبط

العمل الجنسي في عدة مجالات؛ هي:

أولا: علاقة الهرمونات بتحديد الهويَّة الجنسيَّة (ذكر وأنثي).

النظرية التي يُؤْخَذُ بها هنا أن تقرير كون الجنس ذكرًا أو أنثي يـأتي عـن طريق الجينات في البيضة الملقَّحة التي تتحول إلى جنين، وهذه الجينات تقرر هـل ستكون الغدة الجنسيَّة مبيضًا أنثويًّا أم خصية ذكريَّة.

والهرمون الأساسي الذي له التأثير الأكبر في نموِّ هذه الغُدَدِ واتجاهها نحـو نوع معين هو (**هرمون الأندروجين**) الذي إذا زاد دفع إلى الاتجاه الذكري، وإذا قَلَّ دفع إلى الاتجاه الأنثوي، وإذا انعدم جاء الجنين أنثي.

ثانيًا: علاقة الهرمونات بتكوين الخصائص الجنسيَّة الثانويَّة لكلٍّ مِنَ الجنسين.

حيث إن الهرمونات الذكريَّة تؤدي إلى ظهور المَيْزَات الخاصة بالذكر؛ مـن نمو الحنجرة، وشكل العضلات، وتركيب الجسم، وغزارة الشَّعْر.

وكذلك الهرمونات الأنثوية تعطي الأنثى ميزاتها الأنثوية عند البلوغ.(١)

ثالثًا: أثر الهرمونات على السلوك الجنسي؛ (الدافع والأداء الجنسي).

١- عند الذكر:

لهرمون (**الأندروجين**) تأثير مهم على الدافع والأداء الجنسي عند الذكـر؛ فتوافر الهرمون يزيد في الدافع الجنسي لكلٍّ من الذكر والأنثى، ونقصه يؤدي إلى

(١) انظر ذلك بالتفصيل في الكتاب الأول من هذه السلسلة (بلوغ بلا خجل) للمؤلِّف.

إنقاص الدافع؛ وذلك لتأثيره على المراكز الجنسيَّة في الدماغ.

و(**هرمون التستيستيرون**) الذي يُفْرَزُ في خصية الذّكر له أيضًا تأثير على الاهتمام بالأمور الجنسية والانتصاب، ونقصه بسبب مرض أو جراحة يؤدي إلى فقدان هذا الاهتمام عند الذكر، وهو نفس التأثير الذي يسببه الاخْتِصَاء.(١)

وهذا التأثير نفسه يحدث عند إعطاء أدوية تضاد عمل (الأندروجين)، أو إعطاء أدوية بها الهرمون الأنثوي(الأستروجين).

٢- عند الإناث:

أثر الأندروجين فيهنَّ يشبه أثره في الذكور؛ فله دور المُنْشِّط للدافع الجنسي في الأحوال العادية، ودور المقوِّي في حالة قِلّة الدافع الجنسي أو ضعفه.

ويُلاحَظُ أن الأنثى التي فقدت المصدر الطبيعي للأندروجين تفقد اهتمامها بالجنس، فإذ أُعْطِيَتْ هرمون (الأندروجين) و(التستيسترون) كعلاج تعود أشد اهتمامًا.

ولكن يُسَبِّبُ هذا العلاج ظهور خصائص الذكور؛ كنمو الشعر، واختلاف نبرة الصوت.

وليس هناك من برهان على أن الهرمونات الأنثوية (الأستروجين والبروجيستيرون) Oestrogen,Progesterone لها أي تأثير على الدافع الجنسي عند

---

(١) الاختصاء: هو قطع الخصيتين وعضو التذكير من الحيوان؛ لِيُصْرَفَ عن الدافع الجنسي فينمو جسده ويكثر لحمه.

الأنثى؛ حيث إن إزالة المبيض -الذي هو المصدر الأساسي لهذين الهرمونين- لا يؤدي إلى أن تفقد الأنثى الدافع الجنسي، بعكس هرمون (الأندروجين).

رابعًا: أثر هرمون (الأندروجين) على السلوك غير الجنسي.

تأثير هذا الهرمون على السلوك الإنساني يتجاوز تأثيره المتخصص على الرغبة الجنسية؛ حيث يعطي قوَّة عضليَّة، ويدفع إلى النشاط والتنافس، وزيادته عند المراهقين تؤدي إلى العدوانية والجنوح، والعكس عند قِلَّتِه.

نظر الدكتور فاضل إلى الشباب من حوله متجاهلا نظرة الاستيضاح المسيطِرَة عليهم وقال:

- ومن هنا ندرك أن الهرمونات -وخاصة (الأندروجين)- لها أهمية قُصْوَى في ثلاثة مجالات:

١- إعطاء الجسم الخاصية الجنسية (ذكر وأنثي)؛ سواء بنمو الأعضاء الجنسية، أو بظهور المظاهر الجنسية الثانوية.

٢- التأثير على الدافع والرغبة الجنسية (السلوك الجنسي).

٣- التأثير على بعض السلوكيات الأخرى غير الجنسية.

وعند البلوغ تبدأ الغدد الجنسية الذكرية (الخصيتان) في تصنيع وإفراز الحيوانات المنوِيَّة (المَنِي)، وتبدأ الغدد الجنسية الأنثوية (المبيضان) في تصنيع (البويضات) وإخراجها إلى الرحم؛ حيث تخرج مع دَمِّ الحيض شهريًّا عند عدم حدوث الحمل، ومع استمرار النمو في مرحلة المراهقة يستمر نمو ونضج هذه

الأجهزة، وتنضبط (فسيولوجية) هذه العمليات، وذلك حتى نهاية مرحلة بلوغ السعي (المراهقة المتأخرة) التي تُعْتَبَرُ قِمَّة النضج لهذا النمو الجنسي.

السلوك الجنسي

قال أحمد وهو يحاول أن يكون هادئًا:

- يا دكتور: حضرتك حدثتنا عن الموضوع كأيٍّ جهاز من أجهزة الجسم؛ كالجهاز الهضمي مثلا، ولكن أظن أن ما يهمنا هو ما كررته كثيرًا أثناء كلامك تحت عنوان (**الدافع الجنسي**)، فهل نتداوى بالهرمونات حتى نوقف هذا الدافع لدينا لحين الزواج؛ حتى لا نقع في الخطأ؟!

قال الدكتور فاضل مُتَفَهِّمًا:

- لا نسميه (**الدافع الجنسي**)، وإنما (**السلوك الجنسي**) الذي يتكون من شِقَّين:

١- الدافع الجنسي.

٢- الرغبة الجنسية.

فالدافع الجنسي: فطرةٌ فَطَرَ اللهُ النَّاسَ عليها، وجعله عند الذكر والأنثى ولكن بشكل مختلف؛ فالحاجة لإشباع هذا الدافع موجودة في الإنسان.

وشعور الذكر بالأنثى -والعكس- موجود داخل الإنسان وجزء من تكوينه.

يُرْوَى أن امرأة أسلمت، وجاءت المدينة والمسلمون في صـــلاة العشـــاء، فدخلت في الصَّفِّ وكان الليل شديد الظلمة، فكان موقفها في صَفِّ الرجـــال، وبعد قليلٍ خرج الرجل الذي بجوارها عن صلاته وسألها: أرجل أنت أم امـــرأة؟ فقالت: بل امرأة. قال الرجل: لقد كدت أن تفتنيني.

أَظْهَرَ الشَّبَابُ استحسانًا للقصة، فأكمل الدكتور فاضل قائلا:

- ويختلف هذا الدافع في الإنسان عن الحيوانات؛ لأنه دافع يستطيع الإنسان السيطرة عليه وضبطه تَبَعًا للتقاليد والقيم التي تحكمه.

الرغبة الجنسية : ومهما كان الأمر فإن هناك عمليـــات فســـيولوجية (وظيفيَّة) تحدث في الجسم تجعل من الضروري -عند معظـم الناس- أن تُثَارَ أعضاؤهم الجنسية بين الحين والحين.

والإنسان يستطيع أن يقلل أو يزيد من هذه العمليات عن طريق التعـــامل مع ما يُسَمَّى بـــ (**الحافز الجنسي**) الذي يؤثر في الشَّهِيَّة الجنسية، أو يـــؤدي إلى (**الرغبة الجنسية**)، أو قيام السلوك الجنسي، وهذا الحافز له ثلاثة محفِّزات رَئِيسَة:

١- التفكيـــــر	أن يتوجَّهَ ذهنُ الفردِ إلى الناحية الجنســية، والصور الخيالية الجنسية.
٢- الإثارة الحسيَّــة	وذلك عن طريق البَصر، أو السمع، أو الشمِّ أو اللَّمْسِ.
٣- الإثارة الموضعيَّة	للمناطق والأعضاء الجنسية في الجسد.

والرجل يختلف عن الأنثى في تحفيزه الجنسي؛ حيث إن الرجل -في الغالب- يثار بصورة تلقائية؛ عن طريق الحَافِزَينِ الأوَّلَينِ -التفكير والإثارة الحسية- ويأتي الحافز الأخير كذروة لهذه الإثارة.

أما الأنثى فهي تثار عادة بحوافز موضعِيَّة فعليّة؛ فهي تتأثر بالحافز الأخير -الإثارة الموضعيَّة- أكثر من الحافزين الأولين (التفكير والإثارة الحسية).

وعلى هذا يا أستاذ أيمن فإن ضبط السلوك الجنسي يتوقف على تقليل أو زيادة منافذ هذه الإثارة الثلاثة، وكما قلنا: إن هذا ليس موضوعنا الآن، ولكنه سيأتي بعد ذلك.

النضج الجنسي

قال محمود:

- ولكن يا دكتور ما لاحظناه أن الكلام نفسه هو ما يُقَالُ للغلام في سِنِّ البلوغ، أو إذا كبر إلى سِنِّ المراهقة، فما هو الاختلاف في النمو الجنسي في مرحلتنا هذه (مرحلة الشباب)؟

قال الدكتور فاضل:

- في البداية نقول: إن النمو الجنسي كَكُلِّ نواحي النمو في هذه المرحلة يَتَّجِه نحو النُّضْجِ.

ويكون هناك اختلاف في الاهتمام بين الجنسين؛ **فاهتمام الذكور** يكون بتحقيق الاتصال الجنسي، واهتمام الإناث يَنْصَبُّ أكثر على تحقيق الاتصال الانفعالي.

ومع النضج تندمج مشاعر الرغبة الجنسية، مع انفعـــال الحُـــبِّ والتقديـــر والرعاية.

ويزداد الارتباط بين الجنسين ليكون تفكيرهم الأساسي هو تكوين بيــــت يستشعرا فيه تحقيق أعلى حدٍّ من الأمان عند الاستجابة للرغبـــات الجنســـية أو الانفعالية.

ومن سمات النضج الجنسي في مرحلة (بلوغ السعي).

- التخفيف أو الامتناع عن الاستمناء.
- التعلق العاطفي بأحد أفراد الجنس الآخر.
- الانشغال بالرياضة والترفيه.
- بروز الهواية.
- التوجيه الخلقي والديني.
- الخوف من عواقب التصريف الجنسي غير الشرعي، أو غير الطبيعي.
- السعي إلى الزواج.
- زيادة الاحتلام(القذف المنوي أثناء النوم)،وتصاحبه أحيانًا أحلام جنسية.

الذكور أكثر ميلا إلى العدوان الجنســـي والســيطرة في هـــذه المرحلـــة، والوقوع في الحُبِّ يُقَلِّلُ هذه الميول، ولكن يعيده عدم القدرة علـــى الارتبـــاط الآمن بمن يحب، وهذا يؤدي إلى زيادة الميل نحو التفكير في الزواج، والاســـتقرار الجنسي والعاطفي والأسري.

وتكثر الخِطْبَة للإناث في هذا السِّنِّ أكثر من الذكور الذين هم في السن نفسه.

الصراع الجنسي

قال هشام في شبه ذهول: ولذلك يحدث الصراع الجنسي.

ابتسم الدكتور فاضل وهو يقول:

ـ الصراع الجنسي في هذه المرحلة له مصدران:

الأول: الدافع الجنسي القوي، سواء الطبيعي داخليًّا، أو المُسْتَثار خارجيًّا.
الثاني: قيم المجتمع والدين التي تضبطه.

قال أيمن بسرعة، وفي لهجة ساخرة:

- والحل أن نُخَفِّفَ من قيم المجتمع والدين؛ حتى لا يحدث صراع، ويهدأ الشباب!!

نظر الدكتور فاضل إلى أيمن معاتبًا، وقال:

- لا تتسرع يا أيمن؛ فلم يَقُلْ أحدٌ ذلك والحمد لله. إن هناك تجربة حضارية في هذا المجال؛ حيث أطْلَقَتِ الحضارة الغربية العَنَانَ للشَّهوات، و لم تضع أيَّ عائقٍ أمامها، ونحن نرى كيف كانت النتيجة؟![1]

---

(١) تدل الإحصائيات أن أبناء الزنا من المراهقات يصل عددهم إلى الملايين في أمريكا ودول أوروبا، وزادت نسبة الانتحار في قطاع الشباب لدرجة مخيفة هناك، راجع :"الأسرة المسلمة في العالم المعاصر" البحث الفائز بجائزة وزارة الأوقاف القطرية العالمية عام ٢٠٠٠ م للمؤلف.

تَأسَّف أيمن، وقال محمود في محاولة لتهدئة الجو:

- الحقيقة أن المصدر الأول (الدافع الجنسي) في الغالب يكون أقوى من الثاني (قيم المجتمع)، ولذلك يقع كثير من الشباب في المشكلة.

قال الدكتور فاضل:

- إن أسباب الوقوع في الممارسة الجنسية الخاطئة تنحصر في غفلة الشباب عن ضميره الاجتماعي والديني، ولا مبالاته بالقيم الاجتماعية والأخلاق الدينية، بجانب طغيان الإثارة حوله، ونفاق المجتمع وعدم التزامه بما يتشدَّق به من قيم ودين وأخلاق.

والحل:

هكذا قال أكثر من شاب في صوت واحد، فتجاوب معهم الدكتور فاضل قائلا:

- تقليل المثيرات، محاصرة محفِّزات الغرائز، الاستعلاء.

إن مَنْ يقع في الممارسة الخاطئة يستشعر لذة مؤقَّتة، ثم يعقبها الشعور بالإثم، وتأنيب الضمير، ومع التكرار يموت عنده الضمير. ومع المنع والضبط الاجتماعي قد يرتكب الجريمة في سبيل الحصول على هذه اللذة، فتكثر حوادث الاغتصاب، والاعتداء على المحارم وغيرها.

قال أحمد منفعلا:

- والسبب الأساسي هو ضغط المثيرات في المجتمع.

قال الدكتور فاضل مقاطعًا:

- إن إلحاح الدافع الجنسي له سببان:

الأول: خارجي؛ عن طريق الإثارة.

الثاني: داخلي ذاتي؛ بالتفكير والفعل.

والمُلاحظ على فترة المراهقة في هذه المرحلة الاهتمام الشديد بالموضوعات الجنسية؛ فيُكْثِرُ الشاب المراهق من القراءات الجنسية، والمشاهدات الجنسية، والنكت الجنسية. ويزداد التعرض للمثيرات الجنسية؛ مثل: الصور، المحادثات، الكتابات، الأفلام، الملامسة، أحلام اليقظة، بل ويكثر حديثُ كلٍّ نوع عن النوع الآخر.

إنها مرحلة سيادة التفكير الجنسي، والسعي وراء الجنس الآخر.

وعندما تقع الممارسة.. فلا تُعَدُّ مصائبها:

١- فقدان العفة للذكور مع البكارة للإناث.

٢- الشعور المُحْبِط بالإثم، وقد يؤدى إلى القنوط والبعد الكامل عن الله

٣- الخوف من الحمل أو حدوثه فعلا.

٤- ضعف الثقة المتبادلة بين الطرفين.

٥- الفشل إن استمرت العلاقة وأخذت الثوب الشرعي.

٦- الإهانة الاجتماعية للفتى والفتاة ولأسرتيهما.

قال هشام في حَرَجٍ:

- لا زلنا لم نعرف الفرق بين هذه المرحلة والمرحلة السابقة.

قال الدكتور فاضل:

- ملخص الفرق هو: الانتقال من الجنسية المثلية Homosexuality إلى الغيرية Heterosexuality فكما قلنا: ينتقل الاهتمام بالكامل إلى الجنس الآخر في رحلة للبحث عنه، تتمثل في:

الحديث عنه، الاطلاع على حياته، مع الميل الشديد من الإناث إلى إبراز مفاتنهن في اللباس والحركة والتصرفات، وميل الذكور الشديد في النظر إلى النساء برغبة وشهوة، مع الاستعراض وحب التواجد في محيط الجنس الآخر.

وانظروا إلى أصدقائكم عندما يتواجدون في محيط الإناث ماذا يفعلون.

أكمل الدكتور فاضل ضاحكًا:

- شيء عجيب؛ كأنهم في عرض مسرحي هزلي.

نظر الأصدقاء بعضهم إلى بعض وهم يبتسمون، فأكمل الدكتور فاضل:

- وكذلك البنات؛ تنتشر العلاقات المتعددة، فينتقل الفتي من علاقة إلى أخري، ويقل هذا غالبًا في الإناث، وتنتشر المعاكسة من الفتيان للفتيات.

قال أيمن:

- ويصبح أمام الفتي أو الفتاة لتصريف الشهوة الجنسية أحد طريقين؛ إمَّا الزِّنا، وإما الاستمناء.

هَمْهَمَ الجميع موافقةً على كلام أيمن، وسكت الدكتور فاضل حتى انتبهوا، فقال:

- ألا يوجد طريق ثالث؟!

قال هشام مستنكِرًا:

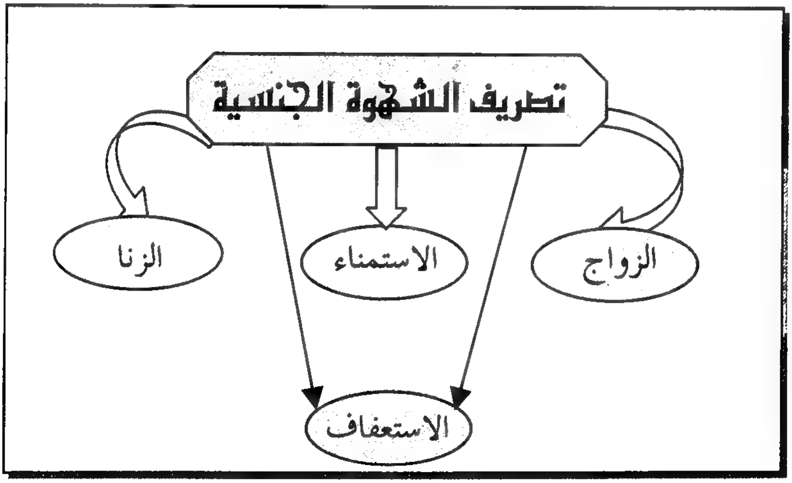
- الزواج؟! ألف عقبة تقف أمامه.

الاستعفاف :

ابتسم الدكتور فاضل وقال وهو يتنهَّد:

- ألا يوجد طريق رابع؟!

نظر الجميع إليه متسائلين، فقال وهو يرسم على ورقه أمامه:



إن الله -تعالى- يقول: ﴿**وَلْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ**﴾ (النور: ٣٣)

وقد سَنَّ النبي (ﷺ) سنة صيام الاستعفاف، فقال « **يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ: مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ؛ فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ**»[1]

والاستعفاف نظام حياة وليس مجرد كلمة نردِّدها فنصل إليها بسهولة.

إنه مجموعة من الخطوات كالتالي:

ـ إدراك الذات.[2]

حيث يتعرَّفُ الفتى أو الفتاة على هويَّتهما، ويستطلِعَا مهمتهما في الحياة، ويدركا طبيعة علاقتهما بما حولهما، والتي تتلخص كلها في قوله تعالى:

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ (الحج: ٧٧)

٢ـ المستوى الأخلاقي.

حيث يدرك كلٌّ منهما حدود القيم، وواجبات المجتمع الصغير والكبير، والالتزام بالمسؤولية المشتركة في المجتمع، والتي هي التعريف الصحيح للحرية. ويتَّضح ذلك جيِّدًا في الحادثة التالية:

« عَنْ أَبِي أُمَامَةَ قَالَ: إِنَّ فَتًى شَابًّا أَتَى النَّبِيَّ (ﷺ) فَقَالَ: "يَا رَسُولَ اللَّهِ: ائْذَنْ لِي بِالزِّنَا" فَأَقْبَلَ الْقَوْمُ عَلَيْهِ فَزَجَرُوهُ، قَالَ النبيُّ (ﷺ): «مَهْ مَهْ»، فَقَالَ

---

(١) رواه البخاري، حديث رقم: (٤٦٧٧).

(٢) راجع موضوع الهويَّة في كتاب: (مراهقة بلا أزمة) ج٢ (فنون تربوية)، وكتاب: (إدارة الذات) للمؤلِّف.

(ﷺ): «ادْنُهْ»، فَدَنَا مِنْهُ قَرِيبًا فَجلَسَ، قَالَ (ﷺ): «أَتُحِبُّهُ لأُمِّكَ؟» قَالَ: لا وَاللهِ جَعَلَنِي اللهُ فِدَاءَكَ، قَالَ (ﷺ): «وَلا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لأُمَّهَاتِهِمْ »، قَالَ (ﷺ): « أَ فَتُحِبُّهُ لابْنَتِكَ؟»، قَالَ: لا وَاللهِ يَا رَسُولَ اللهِ، جَعَلَنِي اللهُ فِدَاءَكَ. قَالَ (ﷺ): « وَلا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِبَنَاتِهِمْ»، قَالَ (ﷺ): «أَفَتُحِبُّهُ لأُخْتِكَ؟»، قَالَ: لا وَاللهِ، جَعَلَنِي اللهُ فِدَاءَكَ. قَالَ (ﷺ): «وَلا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لأَخَوَاتِهِمْ»، قَالَ (ﷺ): «أَفَتُحِبُّهُ لِعَمَّتِكَ؟»، قَالَ: لا وَاللهِ، جَعَلَنِي اللهُ فِدَاءَكَ، قَالَ (ﷺ): «وَلا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِعَمَّاتِهِمْ»، قَالَ (ﷺ): «أَفَتُحِبُّهُ لِخَالَتِكَ؟»، قَالَ: لا وَاللهِ، جَعَلَنِي اللهُ فِدَاءَكَ. قَالَ (ﷺ): «وَلا النَّاسُ يُحِبُّونَهُ لِخَالاتِهِمْ»، قَالَ: فَوَضَعَ يَدَهُ عَلَيْهِ، وَقَالَ (ﷺ): «اللَّهُمَّ اغْفِرْ ذَنْبَهُ، وَطَهِّرْ قَلْبَهُ، وَحَصِّنْ فَرْجَهُ»، فَلَمْ يَكُنْ بَعْدُ ذَلِكَ الْفَتَى يَلْتَفِتُ إِلَى شَيْءٍ»[(١)]

٣ـ الدافع الديني.

الذي يتلخص في التقوى، والمراقبة، وشعاره: ﴿ أَلَمْ يَعْلَم بِأَنَّ اللَّهَ يَرَى﴾(العلق: ١٤)

ويتَّضح هذا في الموقف التالي:

أراد رجل أن يراود فتاة عن نفسها بسبب حاجتها، فرآها خائفة، فقال لها: لا يرانا من أحد إلا الكواكب، فقالت له: فأين مكوكبها؟ (خالق الكواكب)، فقام عنها وأعطاها حاجتها وانصرف.

---

(١) رواه أحمد، حديث رقم: (٢١١٨٥).

ولا ينضبط هذا المستوى الديني إلا بثلاثة أمور:

الأول: دافع العلاقة مع الله، والذي يُتَرْجَمُ على هيئة العبادات؛ فبدراسة الشاب ما عليه من عبادات، والبدء في أدائها والالتزام بها يكون قد حصل على أكبر زاد يعينه على الاستعفاف في حياته.

الثاني: تحديد هدفه من العلاقة مع الله.

فليس العلاقة مع الله مجرد أداء واجب، إنما هي حياة كاملة نعيشها تحت مظلة حب الله، والرغبة فيما عنده.

ويُتَرْجَمُ هذا إلى ضبط إيقاع حياتك كلها على مبدأ: ماذا يريد الله مِنِّي؟ وهذا هو معنى الإيمان.

﴿فَلاَ وَرَبِّكَ لاَ يُؤْمِنُونَ حَتَّى يُحَكِّمُوكَ فِيمَا شَجَرَ بَيْنَهُمْ ثُمَّ لاَ يَجِدُوا فِي أَنْفُسِهِمْ حَرَجًا مِّمَّا قَضَيْتَ وَيُسَلِّمُوا تَسْلِيمًا﴾ (النساء: ٦٥)

الثالث: صُحْبَة الأخيار الصالحين.

ولن يستطيع الشاب أن يحقق الدافع الأول والهدف الثاني إلا في بيئة خير، وصحبة خير، وأفضل البيئات التي يجد فيها الشاب صحبة الخير هي المساجد.

﴿فِي بُيُوت أَذِنَ اللهُ أَن تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالآصَالِ رِجَالٌ لاَ تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلاَ بَيْعٌ عَن ذِكْرِ اللهِ وَإِقَامِ الصَّلاَةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالأَبْصَارُ﴾ (النور: ٣٦-٣٧)

فلا بُدَّ أن يتعود الشاب على الذهاب إلى المسجد، وعلى المشاركة في

أنشطته، وعلى الإبداع في تحويل المسجد إلى خلية عطاء، ويتذكر دائمًا قول النبيِّ (ﷺ): «**مَنْ غَدَا إِلَى الْمَسْجِدِ أَوْ رَاحَ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُ فِي الْجَنَّةِ نُزُلا كُلَّمَا غَدَا أَوْ رَاحَ**».(١)

وبهذا يتحقق المستوى الديني المطلوب؛ ليكون طاقة دافعة للشباب نحو الاستعفاف.

٤ـ الأمن العاطفي في البيت.

حيث المصارحة والحب والتفاهم بين جميع الأفراد، وتناول هذه الأمور بلا خجل في جَوٍّ مِنَ الثِّقة.

٥ـ الرقابة الذكية من الكبار.

٦ـ الالتزام بأوامر الله في اللباس، والنظر للجنسين.

٧ـ تخفيف الاختلاط، ومنع الخلوة.

وأحبُّ أن أعرض عليكم معادلة الدكتور حامد زهران، والتي تَنُصُّ على:

النشاط الجنسي بين الذكر والأنثى=

الخصوصية المتاحة × طول مدتها × تكرارها.

(١) رواه مسلم، حديث رقم: (١٠٧٣).

الاســـتمناء

قال أحمد والذي كان صامتًا طوال هذه المدة:

- ولكن إذا تَمَّ ذلك كله، ولا زال هناك ضغط، فما الحل؟

قال الدكتور فاضل:

- بوضوح أنت تريد أن تسأل: هل الاستمناء (العادة الســرية) حــرام أم حلال؟!

أشار أحمد برأسه دليلا على الموافقة، فقال الدكتور فاضل:

- السؤال في حدِّ ذاته يدل على قلب متيقِّظ لأحكام الديــن، ورغبــة في السير سيرًا مقنَّنًا شرعيًّا.

تعالوا أولا لنتعرفَ على بعض المعلومات حول هذه العادة:

(**الاستمناء** **Masturbation**) يعني في الشرع: إنزال المني بغــير الطريــق الشرعي.

ومعناه في اللغة الإنجليزية: ممارسة الإساءة للنفــس، ومفهومــه الجنســي (التدنيس باليد)، ومعناه بالفرنسية (تعكير تصنعه اليد، أو قاذورات) .

الموقف الطبي

إن الإمعان في الممارسة إلى حدٍّ الإدمان يمكن له أن يُقلِّل من إنتاج المني، كما أنه يُضْعِفُ من الأداء الجنسي في بعض الأفراد، ثم إن لبعض الوسائل عند الممارسة خطر في تكوين أفكار غير طبيعية عن الحياة الجنسية، تجعل الأداء الجنسي الطبيعي في المستقبل أكثر صعوبة. ولعل هذا أكثر وقوعًا في الأنثى منه في الرجل.

حرام أم حلال ؟

بين يدي مجموعة كتب تتحدث عن هذه العادة من الناحية الشرعية[1] ملخصها أن:

هناك رأيان للفقهاء:

الأول: أنها محرمة تحريمًا قطعيًّا، واستدلوا على ذلك ببعض الاستنباطات

---

(١) (بلوغ المنى في حكم الاستمنى) للإمام محمد بن علي الشوكاني، والرد عليه بعنوان: (تحفة الشاب الرباني في الرد على الشوكاني) لمقبل بن هادي الوادعي، و(الاستقصاء لأدلة تحريم الاستمناء) لأبي الفضل عبد الله بن الصديق الحسني الإدريسي، و(العادة السيئة) محمد صالح المنجد، و(كيف تواجه الشهوة وتقضي على العادة السيئة) لحسن زكريا.

من القرآن والسنة وبعض الأحاديث[١].

الثاني: فريق آخر من العلماء لا يقول بحرمتها، وأقصى ما قالوا: إنها مكروهة في حالة مَنْ يستجلبها بالنظر والفكر، ومباحة للضرورة في حالة من زادت حاجته إليها، وخاف على نفسه من الزنا؛ وذلك لغير المتزوجين.

وقد عَدَّهَا بعض العلماء من الذنوب إذا كانت لتسكين الشهوة، والتي تقتضي الاستغفار والتوبة المستمرة، وأن يُتْبِعَ صاحِبُها السيئة الحسنة.

ثم قال الدكتور فاضل:

- إن الأئمة الأربعة قالوا بحرمتها، ولكن الإمام أحمد -في قول له- وابن حزم أجازاها بشرطين:

خشية الوقوع في الزنا
مع عدم استطاعة الزواج.

وعند الذين قالوا بالحرمة الكثير من الأدلة التي تقترب من الإقناع، وعند الذين قالوا بالكراهة أو الجواز عند الضرورة من الأدلة ما يُرَدُّ عليها أيضًا، إلا أنني أحب أن أحدثكم حديثًا آخر:

(١) ومن الأحاديث التي وردت في ذلك: (ملعون من نكح يده)، (سبعة لا ينظر إليهم الله؛... منهم الناكح يده). قال الشوكاني: لم أره باللفظ الأول، إنما ورد باللفظ (سبعة)، وإسناده ضعيف. وعن أبي هريرة أن النبي (ﷺ) نهى عن نكاح اليمين) وهو ضعيف. وحديث "لا ينكح أحدكم نفسه بيده، فيأتي يوم القيامة وهي حُبْلَى". قال عبد الله بن الصديق الحسني مؤلف (الاستقصاء لأدلة تحريم الاستمناء) ليس بصحيح، ولا أصل له. قال الشوكاني: وهذه الروايات الواهية لا يُنْتَهَضُ للاحتجاج بها.

تقدير الذات :

انظروا إلى معنى كلمة الاستمناء في اللغـــة الإنجليزيـــة Masturbation كما قلنا سابقًا.

قال أيمن:

- معناها الإساءة إلى النفس.

قال هشام:

- ولها معنى آخر هو: التدنيس باليد أو القاذورات باللغة الفرنسية.

قال الدكتور فاضل:

- حتى تَسْمِيَتُهَا في اللغة العربية (الاستمناء) يوحي بعدم تقبلها الاجتمــاعي أو النفسي.

ثُمَّ إن هذه الممارسة غير طبيعية؛ حيث إن الممارســـة الطبيعيـــة -كمـــا فطر الله الناس عليها- تكون بين ذكر وأنثى.

أمَّا هذه فكما سماها بعض الصحابة -ومنهم عبد الله بن عمر- (النـــاكح نفسه)، و(الناكح يمينه).

وانظروا معي إلى بعض أقوال الفقهاء الذين قالوا بحِلِّها:

يقول الإمام الشوكاني -رحمه الله-: «**ولا شك أن في هذا العمل هُجْنَـــةً، وخِسَّةً، وسَقَطَ نَفْسٍ، وطرحَ حِشْمَةٍ، وضَعْفَ هِمَّة ولكن الله لَيَّنَ تحريمها** ».

أما ابن حزم فيقول عن هذا الفعل: « **ليس من مكارم الأخلاق، ولا من الفضائل**».

موقعها في العهد النبوي :

قال الدكتور فاضل معقبًا:

- ثم تعالوا لنرى موقع هذه العادة في عهد النبي (ﷺ)، وهنا لابد لنا أن نسأل سؤالين:

الأول: هل كان هناك داعي لوجود هذه العادة؟ أي هل كان هناك فوران شهوة وعدم قدرة على الزواج في العصر النبوي؟

الثاني: هل وَجَّه النبي (ﷺ) الشباب إليها كَحَلٍّ وحيد لهذه المشكلة كما تُطْرَحُ اليوم؟

ضغط الشهوة في عهد رسول الله (ﷺ) :

وللإجابة عن السؤال الأول يمكن أن نعرض لجانب من الحياة الجنسية عند العرب والأمم من حولهم في صدر الإسلام؛ فقد كانت هناك أمتان عظيمتان؛ أمة الرومان، وأمة الفُرْسِ، وكان الفساد منتشرًا فيهما، وكان الزنا مُقَنَّنًا، والدعارة متعارف عليها، ووصل الفساد إلى الجزيرة العربية حتى إنه كانت هناك خيام معروفة بذات الرايات الحُمْرِ، يقصدها طلاب المتعة المحرمة.

أنواع الزواج

ويمكن أن يظهر جيِّدًا حال العلاقة بين الجنسين في هذا الزمان من حديث عائشة -رضي الله عنها-، والتي تعرض فيه أنواع الزواج قبل الإسلام.

عَنْ عُرْوَةَ بن الزُّبَيرِ أَنَّ عَائِشَةَ زَوْجَ النَّبِيِّ (ﷺ) أَخْبَرَتْهُ أَنَّ النِّكَاحَ فِي الْجَاهِلِيَّةِ كَانَ عَلَى أَرْبَعَةِ أَنْحَاءٍ:

فَنِكَاحٌ مِنْهَا نِكَاحُ النَّاسِ الْيَوْمَ؛ يَخْطُبُ الرَّجُلُ إِلَى الرَّجُلِ وَلِيَّتَهُ أَوِ ابْنَتَهُ فَيُصْدِقُهَا، ثُمَّ يَنْكِحُهَا.

وَنِكَاحٌ آخَرُ: كَانَ الرَّجُلُ يَقُولُ لامْرَأَتِهِ إِذَا طَهُرَتْ مِنْ طَمْثِهَا: أَرْسِلِي إِلَى فُلان فَاسْتَبْضِعِي مِنْهُ، وَيَعْتَزِلُهَا زَوْجُهَا وَلا يَمَسُّهَا أَبَدًا حَتَّى يَتَبَيَّنَ حَمْلُهَا مِنْ ذَلِكَ الرَّجُلِ الَّذِي تَسْتَبْضِعُ مِنْهُ، فَإِذَا تَبَيَّنَ حَمْلُهَا أَصَابَهَا زَوْجُهَا إِذَا أَحَبَّ، وَإِنَّمَا يَفْعَلُ ذَلِكَ رَغْبَةً فِي نَجَابَةِ الْوَلَدِ، فَكَانَ هَذَا النِّكَاحُ نِكَاحَ الاسْتِبْضَاعِ.

وَنِكَاحٌ آخَرُ يَجْتَمِعُ الرَّهْطُ مَا دُونَ الْعَشَرَةِ فَيَدْخُلُونَ عَلَى الْمَرْأَةِ، كُلُّهُمْ يُصِيبُهَا، فَإِذَا حَمَلَتْ وَوَضَعَتْ، وَمَرَّ عَلَيْهَا لَيَالٍ بَعْدَ أَنْ تَضَعَ حَمْلَهَا أَرْسَلَتْ إِلَيْهِمْ، فَلَمْ يَسْتَطِعْ رَجُلٌ مِنْهُمْ أَنْ يَمْتَنِعَ حَتَّى يَجْتَمِعُوا عِنْدَهَا، تَقُولُ لَهُمْ: قَدْ عَرَفْتُمُ الَّذِي كَانَ مِنْ أَمْرِكُمْ، وَقَدْ وَلَدْتُ، فَهُوَ ابْنُكَ يَا فُلانُ -تُسَمِّي مَنْ أَحَبَّتْ بِاسْمِهِ- فَيَلْحَقُ بِهِ وَلَدُهَا لا يَسْتَطِيعُ أَنْ يَمْتَنِعَ بِهِ الرَّجُلُ.

وَنِكَاحُ الرَّابِعِ: يَجْتَمِعُ النَّاسُ الْكَثِيرُ فَيَدْخُلُونَ عَلَى الْمَرْأَةِ لا تَمْتَنِعُ مِمَّنْ

جَاءَهَا، وَهُنَّ الْبَغَايَا، كُنَّ يَنْصِبْنَ عَلَى أَبْوَابِهِنَّ رَايَاتٍ تَكُونُ عَلَمًا، فَمَنْ أَرَادَهُنَّ دَخَلَ عَلَيْهِنَّ، فَإِذَا حَمَلَتْ إِحْدَاهُنَّ وَوَضَعَتْ حَمْلَهَا جُمِعُوا لَهَا، وَدَعَوْا لَهُمُ الْقَافَةَ، ثُمَّ أَلْحَقُوا وَلَدَهَا بِالَّذِي يَرَوْنَ، فَالْتَاطَ بِهِ، وَدُعِيَ ابْنَهُ لا يَمْتَنِعُ مِنْ ذَلِكَ.

فَلَمَّا بُعِثَ مُحَمَّدٌ (ﷺ) بِالْحَقِّ هَدَمَ نِكَاحَ الْجَاهِلِيَّةِ كُلَّهُ إِلا نِكَاحَ النَّاسِ الْيَوْمَ»[١]

وبالنظر إلى عدد مرات ورود النهي عن الزنا وما يتعلق به في القرآن نستشعر حجم هذا المرض الوبيل في الجزيرة العربية قبل الإسلام، والذي يدل تفشيه عن مدى الانحلال الخلقي وضغط الشهوات في هذه البلاد.[٢]

الصحابة وضغط الشهوة :

وقد تكرر أن يأتي الصحابة إلى رسول الله (ﷺ) يشتكون له ضغط الشهوة، حتى إنهم استأذنوه في الاختصاء (وهو قطع الخصيتين لإيقاف الشهوة الجنسية) كما سنعرض بعد قليل، ويصل الأمر أن يأتي شاب إلى رسول الله (ﷺ) يستأذنه في الزنا كما بيَّنَّا من قبل.

ومن هذا يتضح أن ضغط الشهوة كان شديدًا على أصحاب رسول الله (ﷺ) مثل ما هو شديد على أي فطرة سليمة وطبيعية، خاصة وأن المجتمعات مِنْ حولهم كانت غارقة في الأوحال.

---

(١) رواه البخاري في كتاب النكاح، حديث رقم: (٥١٢٧). والطمث: أي الحيض. والقافة: علم يقصد به معرفة نسب الغلام من شبهه بأبيه. الْتَاطَ: أي نُسِبَ إليه، أو أُلحق به.

(٢) ورد لفظ الزنا ومشتقاته في القرآن في معرض النهي عنه، وبيان حدِّه عشر مرات.

إلا أن القرآن كان يترل بالنظام الذي يقود المجتمع إلى النظافة، وإلى تخفيف حدة هذه الشهوة، وعرض نماذج العفة والطهارة التي يجب أن يُقْتَدَى بها. (١)

ضعف القدرة على الزواج في عهد رسول الله (ﷺ)

أمّا الشق الثاني من السؤال -وهو ضعف القدرة على الزواج- فيتَّضح من تزويج النبي (ﷺ) رجل بالقرآن الذي معه بعد أن سأله أن يلتمس ولو خاتمًا من حديد فلم يجد، وزواج علي من فاطمة بدرع. فقد كان أكثرهم مُعْسِرًا؛ حيث الضيق المادي الشديد الذي كان فيه المسلمون بسبب الهجرة والحروب والحصار الاقتصادي.

الحل النبوي :

ويأتي السؤال الثاني:

إلى أي شيء كان يُوَجِّه اللهُ ورسولُهُ (ﷺ) الشباب مِمَّن استعرت شهوته، ولم يجد ما يتزوج به؟

نجد من خلال الآيات والأحاديث والمواقف أنه لم يرد ولو مرة واحدة أنْ وَجَّه القرآن، أو وجَّهَ النبي (ﷺ) الشباب إلى الاستمناء كحلٍّ لتسكين الشهوة، إنما كان التوجيه إلى واحد من ثلاثة:

١ـ الزواج.

(١) راجع سورة يوسف ، وقصة موسى مع فتاتي مدين في سورة القصص.

٢ـــ مِلْكُ اليَمِين.[١]

٣ـــ الاستعفاف.

واقرؤوا معي هذه الآيات القرآنية، والمواقف النبوية:

قال تعالى: ﴿ومَن لَّمْ يَسْتَطِعْ مِنكُمْ طَوْلاً أَن يَنكِحَ الْمُحْصَنَاتِ الْمُؤْمِنَاتِ فَمِن مَّا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُم مِّن فَتَيَاتِكُمُ الْمُؤْمِنَاتِ واللَّهُ أَعْلَمُ بِإِيمَانِكُمْ بَعْضُكُم مِّن بَعْضٍ فَانكِحُوهُنَّ بِإِذْنِ أَهْلِهِنَّ وآتُوهُنَّ أُجُورَهُنَّ بِالْمَعْرُوفِ مُحْصَنَاتٍ غَيْرَ مُسَافِحَاتٍ ولا مُتَّخِذَاتِ أَخْدَانٍ فَإِذَا أُحْصِنَّ فَإِنْ أَتَيْنَ بِفَاحِشَةٍ فَعَلَيْهِنَّ نِصْفُ مَا عَلَى الْمُحْصَنَاتِ مِنَ الْعَذَابِ ذَلِكَ لِمَنْ خَشِيَ الْعَنَتَ مِنكُمْ وأَن تَصْبِرُوا خَيْرٌ لَّكُمْ﴾ (النساء: ٢٥)

﴿والَّذِينَ هُمْ لِفُرُوجِهِمْ حَافِظُونَ (٥) إِلاَّ عَلَى أَزْوَاجِهِمْ أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُهُمْ فَإِنَّهُمْ غَيْرُ مَلُومِينَ (٦) فَمَنِ ابْتَغَى وراءَ ذَلِكَ فَأُولَئِكَ هُمُ العَادُونَ﴾(المؤمنون: ٥-٧)

﴿ولْيَسْتَعْفِفِ الَّذِينَ لا يَجِدُونَ نِكَاحًا حَتَّى يُغْنِيَهُمُ اللَّهُ مِن فَضْلِهِ﴾(النور:٣٣)

وقَالَ النَّبِيُّ (ﷺ): «يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ: مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءَةَ فَلْيَتَزَوَّجْ، وَمَنْ لَمْ يَسْتَطِعْ فَعَلَيْهِ بِالصَّوْمِ؛ فَإِنَّهُ لَهُ وِجَاءٌ»[٢]

---

(١) وهو أن يعاشر الرجل أَمَته التي اشتراها لذلك ، فتصبح لها حقوق أخرى غير حقوق غيرها من العبيد، وذلك بما وضعه الله لها من حقوق في الإسلام لم تكن لها من قبل. وهو أمر انتهى تاريخيًّا، وساعد الإسلام على انتهائه؛ بالدعوة إلى عتق الرقاب وتحرير العبيد.

(٢) رواه البخاري في بَاب: (مَنْ لَمْ يَسْتَطِعِ الْبَاءَةَ فَلْيَصُمْ). حديث رقم:(٤٦٧٧).

وعن سَعْدِ بْنَ أَبِي وَقَّاصٍ قَالَ: « رَدَّ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ) عَلَى عُثْمَانَ بْنِ مَظْعُونٍ التَّبَتُّلَ، وَلَوْ أَذِنَ لَهُ لاخْتَصَيْنَا ».[(١)]

عَنْ قيس عَنْ عَبْدِ اللَّهِ قال: كُنَّا نَغْزُو مَعَ رَسُولِ اللَّهِ (ﷺ) وَلَيْسَ لَنَا شَيْءٌ، فَقُلْنَا: أَلا نَسْتَخْصِي فَنَهَانَا عَنْ ذَلِكَ، ثُمَّ رَخَّصَ لَنَا أَنْ نَنْكِحَ الْمَرْأَةَ بِالثَّوْبِ، ثُمَّ قَرَأَ عَلَيْنَا: ﴿**يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لا تُحَرِّمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ**﴾[(٢)]

أي يعطي المرأة مهرًا؛ ليكون زواجًا شرعيًا حتى وإن كان ثوبًا.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ: إِنِّي رَجُلٌ شَابٌّ، وَأَنَا أَخَافُ عَلَى نَفْسِي الْعَنَتَ، وَلا أَجِدُ مَا أَتَزَوَّجُ بِهِ النِّسَاءَ، فَسَكَتَ عَنِّي، ثُمَّ قُلْتُ مِثْلَ ذَلِكَ، فَسَكَتَ عَنِّي، ثُمَّ قُلْتُ مِثْلَ ذَلِكَ فَسَكَتَ عَنِّي، ثُمَّ قُلْتُ مِثْلَ ذَلِكَ فَقَالَ النَّبِيُّ (ﷺ): « **يَا أَبَا هُرَيْرَةَ: جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لاقٍ، فَاخْتَصِ عَلَى ذَلِكَ أَوْ ذَرْ**» [(٣)]

و« **جَفَّ الْقَلَمُ بِمَا أَنْتَ لاقٍ**» أي إن ما تعانيه مكتوب عليك، وهو مِنْ قَدَرِ الله الذي تؤمن به.

« **فَاخْتَصِ عَلَى ذَلِكَ أَوْ ذَرْ**» أي افعل ما تحب أمام قدر الله، إمَّا أن تجزع أو تصبر، وهو أمر لا يعني التنفيذ، إنما التوجيه للصبر.

---

(١) رواه البخاري حديث رقم: (٤٦٨٥).

(٢) رواه البخاري، حديث رقم: (٤٦٨٦).

(٣) رواه البخاري، حديث رقم: (٤٦٨٦). والتبتُّل: هو الامتناع عن معاشرة النساء.

وقد مَرَّ بنا حديث الفتى الذي جاء يقول للنبي (ﷺ): "ائذن لي في الزنا".

وقد وجَّهَهُ إلى الاستعفاف، ولم يُوَجِّهْهُ إلى الاستمناء.

كانوا يعرفونها

وقد يقول قائل: إنهم لم يكونوا يعرفون هذه العادة، نقول: لا، لقد كانوا يعرفونها باسم (جلد عميرة) إلا أنهم لم يمدحوها؛ لأنها كانت عادة تدل على عدم اكتمال الرجولة، عكس الزنا الذي كانوا يمتدحون به دلالة على الفحولة والرجولة ومتانة الجسم، وذلك من جهالتهم.

ولذلك نجد الشاعر يصور هذه الفعلة بقوله:

إذا حَلَلْتَ بِوَادٍ لا أَنِيسَ بِهِ　　　فَاجْلِدْ عُمَيرَةَ لا دَاءٌ ولا حَرَجُ

سكت الدكتور فاضل، ونظر إلى الشباب من حوله قائلاً:

- يمكن أن تقول كما قال الشوكاني الذي كتب رسالة في حكم (الاستمناء)[1] ، يقول في نهايتها: « **وغاية ما فيه أن يُقَالَ: هو من المشتبهات التي لم تكن من الحلال البَيِّنِ، ولا من الحرام البَيِّنِ، والمؤمنون وقَّافُونَ عند الشبهات**».

(١) (بلوغ المنى في حكم الاستمني). للإمام محمد بن علي الشوكاني.

قال أيمن في هدوء:

- هل يمكنني أن ألخِّصَ الموضوع يا دكتور فاضل؟

أشار الدكتور فاضل برأسه ويده دلالة على الموافقة.

قال أيمن:

- المَنْفَذُ الحلال الوحيد لقضاء الشهوة هو الزواج، ومن لم يستطع فعليه أن يستَعْفِفَ بوسائل الاستعفاف المعروفة؛ من الصوم، وغض البصر، والانشغال بالله، وبمصالحه في الحياة.

أمَّا مَنْ استَعَرَتْ به الشهوة حتى كاد أن يقع في الحرام فيمكن أن يستمني فهو مباح له للضرورة، أمَّا من يستجلب الشهوة فيستمني فهو حرام في حقِّه على أرجح الآراء، وقد جاء بمعصية عليه أن يستغفر منها، ويعمل على الإقلاع عنها ولا يعود إليها.

اتسعت ابتسامة الدكتور فاضل وهو ينظر إلى عيون الأصدقاء وهي تنظر إلى أيمن بإجلال وقال:

- بقي أمران أيها الأبناء :

الأمر الأول: هو الإسراف في هذه العادة حتى تصبح يومية، أو أكثر من يومية، وهنا أقول لكم: إن الخطر الذي أشار إليه بعض الأطباء وارد هنا، بجانب بعض الأضرار التي أحب أن أناقشكم فيها.

١ـ إن مدخلها وبدايتها شكل من أشكال الانحراف، وهو النظر إلى ما حرم الله، أو التفكير في حرام، وهذا يؤدي إلى معصية حَذَّرَ الله منها، وتؤدي بعد ممارستها إلى الشعور بالإثم والخطيئة، مِمَّا يؤدي إلى فقدان احترام الذَّات، والشعور بالخِسَّة.

٢ـ إنها نوع من أنواع الجهد، والاستغلال غير الجيد للبدن، وقد أشار رسول الله (ﷺ) للمتزوج أن يُقْسِطَ في المباشرة مع زوجته، وقال له: **«هي نُورُ عَينِكَ، ومُخُّ سَاقِكَ»**.

وكثيرًا ما يبدو على البالغ ذلك الهزال الناتج من الشعور بالوهن أمام تلك العادة، وكثيرًا ما ينصح المدرِّبون أعضاء فرقهم الرياضية -وخاصة المتزوجين منهم- قبل المباريات المهمة بعدم المباشرة الزوجية توفيرًا لهذه الطاقة.

والشاعر يقول:

فَاحْفَظْ مَنِيَّكَ ما اسْتَطَعْتَ فَإِنَّهُ ... مَاءُ الحَيَاةِ يُرَاقُ فِي الأَرْحَامِ

٣ـ وهي سِرِّيَّة يختفي المراهق بها عن العيون، وذلك لشعوره بالخطأ وليس الحياء كالعلاقات الزوجية. ولأنها سرية فهي مبعث من مباعث الخجل الشديد، وهنا تكمن خطورة ملاحظة الآخرين للمراهق بعد مباشرتها، فيصيبه القلق والاضطراب والعزلة، مِمَّا يؤدي إلى ضعف النمو الاجتماعي، وتَوَلُّد شعور بالنفور المتبادل بينه وبين مَنْ حوله.

وأيضًا لأنها سرية، ولأنها تصيب بذلك كله يفضِّلُ المراهق والمراهقة ألا

يؤدي الواجب الديني بعد هذه العملية؛ وهو الاغتسال من الجنابة، ويبقى على جنابته متأخِّرًا عن الصلاة، وعن الصوم، وعن تلاوة القرآن، وعن الكثير من واجباته الدينية؛ وذلك حتى لا يَكْتَشِفَ أحدٌ سِرَّه.

٤ـ التفكير المستمر في الناحية الجنسية، مع إثارة خارجية بصور أو قصص أو أفلام، ومع التَّخَفِّي تستشعر أنها جريمة، مع شعور بالإثم بعدها، ومحاولة إزالة آثار فعلتك.

هل بعد ذلك كله يكون هناك تركيز؟!

ثم يسأل البالغ والمراهق نفسه: لماذا لا أتقدم في دروسي؟!

لماذا يحدث لي توتر عصبي مستمر، وشعور بالأرق والقلق؟!

ولكنَّ الخطورة الحقيقية تَكْمُنُ في إدمان هذه العادة، ويظهر ذلك واضحًا فيما بعد الزواج.

فممارستها مرات في اليوم الواحد، ودوريًّا كل يوم يجعلها عادة ملاصقة للسلوك الحياتي للبالغ والبالغة، ثم تتحول تلك العادة إلى إدمان، بحيث لا يستطيع أن يستغني عنها.

ولقد جعل علماء النفس النشاط الجنسي مراحل لا بُدَّ من ترك التي قبلها للوصول إلى التي بعدها، ويستمر النمو الجنسي حتى النضج وهو المعاشرة الجنسية السليمة بين الجنسين في الزواج، وإدمان هذه العادة يؤدي إلى الوقوف عندها، فلا ينضج الفرد ليصل إلى ما بعدها.

وقد سَجَّلَ الأطباء حالات كثيرة يشكو فيها أصحابها -النساء والرجال- أنهم لا يجدون المتعة والإشباع الجنسي الصحيح المزيل للتوتر مع أزواجهن أو زوجاتهم بقدر ما يجدونه في الاستمناء، وبسؤالهم وُجِدَ أنهم كانوا يباشرون الاستمناء بانتظام كعادة شبه يوميَّة بدءا من بلوغهم الحلم، ولم يَدْرِ هؤلاء أنها أصبحت إدمان يحتاج إلى علاج.(١)

فَتَعَوُّد المراهق على الاستمناء يجعله يتعود على حالة معينة، ومثيرات معينة أثناء الإشباع الجنسي، ولَرُبَّمَا حدث تثبيت لهذه العادات بعد الزواج، مِمَّا يؤدي إلى الشقاء، وعدم التوافق الجنسي. كما أن ممارسة الاستمناء بكثرة قد يُثَبِّت نشاط الغدد الجنسية عند مستوى معين، يصعب على المراهق أو المتزوج السيطرة عليه في مستقبل الأيام، ولا شك أن هذا سوف يؤثر على صحَّته العامة، وصحته النفسيَّة، وفي العمل، والأسرة وغيرها.

ومن المتوقع عدم حدوث تَكَيُّف مع موقف الجماع الحقيقي مع الزوجة؛ لأن له متطلبات قبلية وتمهيدية تعتمد على الإثارة اللفظية واللمسية، وتتطلب شيئًا من الاتصال المباشر والإيجابية، وهذه كلها تختلف اختلافًا تامًّا عن المثيرات المحليَّة أثناء عملية الاستمناء؛ فربما لا يتكيف المراهق بعد زواجه؛ لِتَعَوُّدِه على آلية القذف في ظروف مختلفة تمامًا؛ أي أنه يصبحُ أقلَّ جرأةٍ على الاتصال الجنسي الحقيقي بعد الزواج.

---

(١) انظر كتاب: (بلوغ بلا خجل) للمؤلف.

الأمر الثاني: العلاج

﴿ومَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَّهُ مَخْرَجًا(٢) ويَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لا يَحْتَسِبُ﴾ (الطلاق: ٢-٣)

﴿ومَن يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَل لَّهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْرًا﴾ (الطلاق: ٤)

١ـ مراقبة الله.

﴿الَّذِي يَرَاكَ حِينَ تَقُومُ (٢١٨) وتَقَلُّبَكَ فِي السَّاجِدِينَ﴾ (الشعراء: ٢١٨-٢١٩)

﴿وهُوَ مَعَكُمْ أَيْنَ مَا كُنتُمْ﴾ (الحديد: ٤)

﴿يَعْلَمُ خَائِنَةَ الأَعْيُنِ ومَا تُخْفِي الصُّدُورُ﴾ (غافر: ١٩)

٢ـ الإحسان.

كما ورد في إجابة النبي (ﷺ) عن سؤال جبريل -عليه السلام-.
« ... قَالَ: مَا الإِحْسَانُ؟ قَالَ: «أَنْ تَعْبُدَ اللَّهَ كَأَنَّكَ تَرَاهُ، فَإِنْ لَمْ تَكُنْ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ»[١]

٣ـ الصَّبْر.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ والصَّلاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ﴾ (البقرة: ١٥٣)

(١) رواه البخاري، حديث رقم: (٤٨).

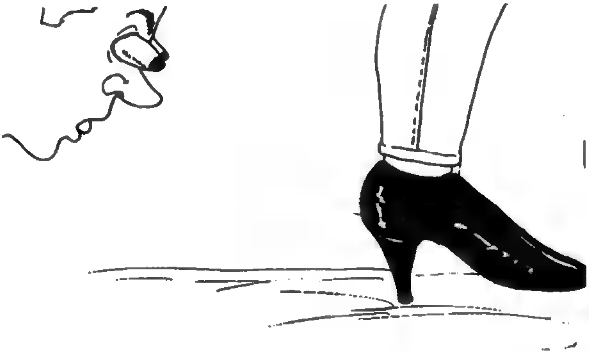
٤ـ مجاهدة النفس.

﴿والَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وإنَّ اللَّهَ لَمَعَ المُحْسِنِينَ﴾
(العنكبوت: ١٦٩)

٥ـ غَضُّ البصر:

﴿قُل لِّلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ﴾ (النور: ٢٩)

﴿وقُل لِّلْمُؤْمِنَاتِ يَغْضُضْنَ مِنْ أَبْصَارِهِنَّ﴾ (النور: ٣٠)



وانظروا ماذا فعل إطلاق البصر في العابد المتنسِّك حين قال:

قُلْ لِلْمَلِيحَةِ فِي الخِمَارِ الأَسْـوَدِ: مَاذَا فَعَلْتِ بِنَاسِكٍ مُتَعَبِّـدِ؟

قَدْ كَانَ شَمَّرَ لِلصَّـلاةِ ثِيَابَـهُ حَتَّى عَرَضْتِ لَهُ بِبَابِ المَسْـجِدِ

رُدِّي عَلَيهِ صَلاتَهُ وَصِيَـامَهُ لا تَفْتِنِيهِ بِحَقِّ رَبِّ مُحَمَّـدِ

٦ـ استِحْضَارُ الثّوابِ والعِقَابِ.

قال رسول الله (ﷺ): «مَنْ يَضْمَنُ لِي مَا بَيْنَ لِحْيَيهِ وَرِجْلَيهِ أَضْمَنُ لَهُ الجَنَّةَ»

عن مُعَاذِ بْنِ جَبَلٍ قَالَ: «لا يَدَعُ اللَّهُ الْعِبَادَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ يَوْمَ يَقُومُ النَّاسُ لِرَبِّ الْعَالَمِينَ حَتَّى يَسْأَلَهُمْ عَنْ أَرْبَعٍ: عَمَّا أَفْنَوْا فِيهِ أَعْمَارَهُمْ، وَعَمَّا أَبْلَوْا فِيهِ أَجْسَادَهُمْ، وَعَمَّا كَسَبُوا فِيمَا أَنْفَقُوا، وَعَمَّا عَمِلُوا فِيمَا عَلِمُوا»[1]

٧ـ تَرْكُ مُجَالَسَةِ أهل الفساد.

﴿وَيَوْمَ يَعَضُّ الظَّالِمُ عَلَى يَدَيْهِ يَقُولُ يَا لَيْتَنِي اتَّخَذْتُ مَعَ الرَّسُولِ سَبِيلا (٢٧) يَا وَيْلَتَى لَيْتَنِي لَمْ أَتَّخِذْ فُلانًا خَلِيلا (٢٨) لَقَدْ أَضَلَّنِي عَنِ الذِّكْرِ بَعْدَ إِذْ جَاءَنِي وَكَانَ الشَّيْطَانُ لِلإِنسَانِ خَذُولا﴾ (الفرقان: ٢٧-٢٩)

﴿وَمَن يَعْشُ عَن ذِكْرِ الرَّحْمَنِ نُقَيِّضْ لَهُ شَيْطَانًا فَهُوَ لَهُ قَرِينٌ (٣٦) وَإِنَّهُمْ لَيَصُدُّونَهُمْ عَنِ السَّبِيلِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُم مُّهْتَدُونَ﴾ (الزخرف: ٣٦-٣٧)

وقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «مَثَلُ الْجَلِيسِ الصَّالِحِ وَالْجَلِيسِ السَّوْءِ كَمَثَلِ صَاحِبِ الْمِسْكِ وَكِيرِ الْحَدَّادِ، لا يَعْدَمُكَ مِنْ صَاحِبِ الْمِسْكِ؛ إِمَّا تَشْتَرِيهِ، أَوْ تَجِدُ رِيحَهُ. وَكِيرُ الْحَدَّادِ يُحْرِقُ بَدَنَكَ أَوْ ثَوْبَكَ، أَوْ تَجِدُ مِنْهُ رِيحًا خَبِيثَةً»[2]

---

(١) رواه الدرامي، حديث رقم: (٥٣٧).

(٢) رواه البخاري، حديث رقم: (١٩٥٩).

وَعَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «**الرَّجُلُ عَلَى دِينِ خَلِيلِهِ، فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ**».(١)

٨- الزواج.

وذلك بالاستعداد له، وتوفير كلّ القدرات؛ للإسراع به.

٩- الصوم: وهو سُنَّة سميناها: (سنة الاستعفاف).

١٠- استغلال وقت الفراغ في هوايات نافعة.

عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ﷺ): «**نِعْمَتَانِ مَغْبُونٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ؛ الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ**»(٢)

١١- العبادة:

مثل الصلاة في جماعة، والصوم، وقراءة القرآن، ومدارسة العلم.

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَالَ: «**إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يَقُولُ: يَا ابْنَ آدَمَ: تَفَرَّغْ لِعِبَادَتِي أَمْلأْ صَدْرَكَ غِنًى، وَأَسُدَّ فَقْرَكَ، وَإِلا تَفعَلْ مَلأْتُ يَدَيْكَ شُغْلا**»

وَقَالَ (ﷺ): «**... مَنْ كَانَ هَمُّهُ الآخِرَةَ جَمَعَ اللَّهُ شَمْلَهُ، وَجَعَلَ غِنَاهُ فِي قَلْبِهِ، وَأَتَتْهُ الدُّنْيَا وَهِيَ رَاغِمَةٌ. وَمَنْ كَانَتْ نِيَّتُهُ الدُّنْيَا فَرَّقَ اللَّهُ عَلَيْهِ ضَيْعَتَهُ، وَجَعَلَ فَقْرَهُ بَيْنَ عَيْنَيْهِ، وَلَمْ يَأْتِهِ مِنَ الدُّنْيَا إِلا مَا كُتِبَ لَهُ**»(٣)

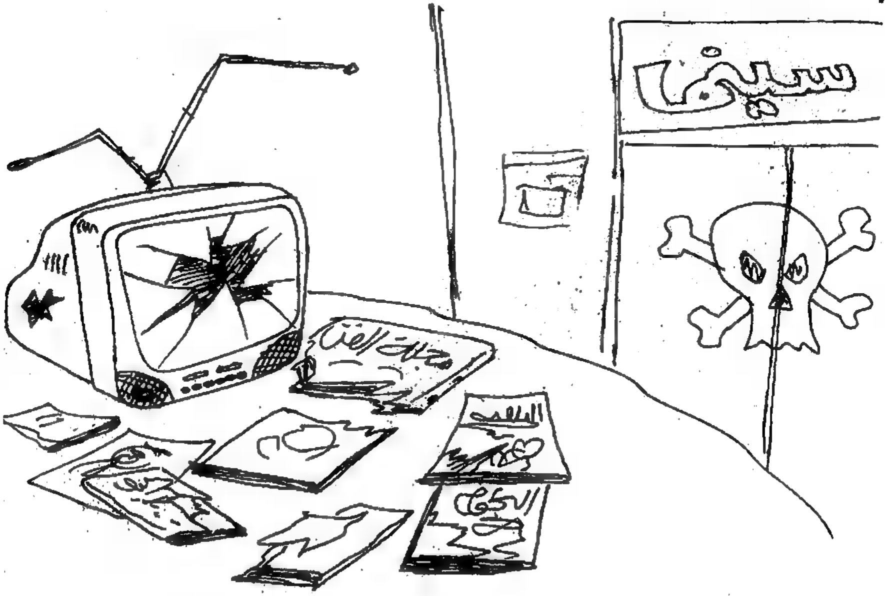
(١) رواه الترمذي، حديث رقم: (٢٣٠٠).

(٢) رواه البخاري، ح (٥٩٣٣). ومغبون: أي ظالم لنفسه.

(٣) رواه أحمد، ح (٢٠٦٠٨)

١٢ـ البُعْدُ عَمَّا يُثِيرُ الشَّهَوَاتِ.

من صور، وملامسة، وقراءة، وسماع، وكتابة، ونظر.



١٣- تَجَنُّبُ الوحْدَة.

عَنِ ابْنِ عُمَرَ أَنَّ النَّبِيَّ (ﷺ) «نَهَى عَنِ الْوَحْدَةِ؛ أَنْ يَبِيتَ الرَّجُلُ وَحْدَهُ أَوْ يُسَافِرَ وَحْدَهُ»(١)

١٤- الالتزام بالآداب الشرعية عند النوم.

أـ النوم على الجانب الأيمن والدعاء.

عَنِ الْبَرَاءِ بْنِ عَازِبٍ قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ (ﷺ): «**إِذَا أَتَيْتَ مَضْجَعَكَ فَتَوَضَّأْ**

(١) رواه أحمد، حديث رقم: (٥٣٩٢).

وُضُوءكَ لِلصَّلاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الأَيْمَنِ، ثُمَّ قُلِ: اللَّهُمَّ أَسْلَمْتُ وَجْهِي إِلَيْكَ، وَفَوَّضْتُ أَمْرِي إِلَيْكَ، وَأَلْجَأْتُ ظَهْرِي إِلَيْكَ، رَغْبَةً وَرَهْبَةً إِلَيْكَ، لا مَلْجَأَ وَلا مَنْجَا مِنْكَ إِلاَّ إِلَيْكَ. اللَّهُمَّ آمَنْتُ بِكِتَابِكَ الَّذِي أَنْزَلْتَ، وَبِنَبِيِّكَ الَّذِي أَرْسَلْتَ. فَإِنْ مُتَّ مِنْ لَيْلَتِكَ فَأَنْتَ عَلَى الْفِطْرَةِ، وَاجْعَلْهُنَّ آخِرَ مَا تَتَكَلَّمُ بِهِ»(١)

ب ـ تجنب النوم على البطن.

عن ابْنِ قَيْسٍ الْغِفَارِيِّ قَالَ: فَبَيْنَمَا أَنَا مُضْطَجِعٌ فِي الْمَسْجِدِ مِنَ السَّحَرِ عَلَى بَطْنِي، إِذَا رَجُلٌ يُحَرِّكُنِي بِرِجْلِهِ، فَقَالَ: «إِنَّ هَذِهِ ضِجْعَةٌ يُبْغِضُهَا اللَّهُ»، قَالَ: فَنَظَرْتُ فَإِذَا رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ).

ج- الوضوء.

قَالَ النبي (ﷺ): «إِذَا أَتَيتَ مِضْجعَكَ فَتَوَضَّأْ وُضُوءكَ لِلصَّلاةِ، ثُمَّ اضْطَجِعْ عَلَى شِقِّكَ الأَيْمَنِ»(٢)

١٥- الأذكار.

والتحلي بصفتي الصبر والعفة، وإتباع السيئة الحسنة، والدعاء، وعدم اليأس والقنوط من رحمة الله -تعالى-.

---

(١) رواه البخاري، حديث رقم: (٢٣٩).

(٢) رواه البخاري، حديث رقم: (٢٣٩).

نظر الأصدقاء إلى الدكتور فاضل الذي بدا عليه أنه أنهى كلامه اليوم، ورغم ما كان يعتمل في نفوسهم من رغبة في الاستزادة إلا أنهم انصرفوا مبتسمين على موعد تالٍ؛ لاستكمال منازل رحلة الأعمار.

حول النمو الجنسي

- يَمُرُّ النمو الجنسي بمجموعة خطوات، تقوم جميعها على **تأثير الهرمونات في الجسم**، والتي لها علاقة بـ:

١- تحديد الهَوِيَّة الجنسيَّة للفرد (ذكر أم أنثى).

٢- تكوين الخصائص الجنسيَّة الثانويَّة.

٣- تأثيرها على السلوك الجنسي (الدافع والأداء).

٤- تأثيرها على السلوك غير الجنسي.

- **السلوك الجنسي له جانبان:**

١- **الدافع الجنسي**، وهو فطري فسيولوجي (وظيفي) هرموني.

٢- **الرغبة الجنسية**، وتكون غالبًا بمؤثرات خارجية، وأهم هذه المؤثرات:

التفكير، الإثارة الجنسية، الإثارة الموضعيَّة.

- من سمات النضج الجنسي في هذه المرحلة:

- التخفيف أو الامتناع عن الاستمناء.
- الانشغال بالرياضة والترفيه.
- التفكير في الزواج.
- الاستعفاف، وهو السبيل الصحي أمام ضغط الشهوة إذا لم يتيسَّر الزواج.

- للاستعفاف مجموعة ممارسات تدعمه؛ منها:

١- إدراك الذَّات.

٢- المستوى الأخلاقي.

٣- الدافع الديني.

٤- الأمن العاطفي في البيت.

٥- تجنب الاختلاط ومنع الخلوة.

معادلة النشاط الجنسي.

- النشاط الجنسي بين الذكر والأنثى=

الخصوصية المتاحة × طول مدمّا × تكرارها.

- الاستمناء ليس حُكْمًا واحدًا، ولا بُدَّ من إضافة البعد النفسي والاجتماعي لعلاجها، إلى جانب البعد الشرعي والصحي.

الفصل الثالث

3

النمو الانفعالي

قال أيمن وهو ينظر إلى الدكتور فاضل:

- الحقيقةُ يا دكتور: إن الكثير من مظاهر النمو أرى أنها متعلِّقَة بالمجتمع؛ فمثلا مع الضغط المستمر، والشعور بالحيرة والخوف من المستقبل ماذا تنتظر من الشباب وانفعالاتهم؟

أَرْدَفَ هشام:

- قد نكون أقل انفعالا عن المرحلة السنيَّة السابقة، ولكنَّ الحقيقة -والتي لا يدركها الكبار- أننا ننفعل إلى الداخل.

قال أحمد في حركة تمثيليَّة:

- أستاذ -والله- يا هشام، جلستان مع الدكتور فاضل وتصبح عَالِمَ نفسٍ.

ابتسم الجميع، وقال الدكتور فاضل بجِدِّيَّة:

- على فكرة يا أحمد هذا من أهدافي.

قال محمود متعجِّبًا:

- أن نصبح علماء نفس؟!

- نعم، ولكن عالِمًا لنفسك أنت فقط. الهدف الأساسي أن يُدْرِكَ كلٌّ مِنَّا حدودَ شخصيَّته من خلال هذه اللقاءات؛ ليسهل بعد تحديد المشكلات

العمل على حَلِّهَا من خلال ضوابط الشخصية، ولذلك فنحن نبدأ رحلتنا كما بَيَّنَ هشام: مِنَ الداخل.

قال أيمن:

- وهل هناك حَلٌّ واحدٌ يصلح لجميع الأفراد؛ أن يستطيع كلُّ فرد التعامل مع مشكلته من خلال عوامل شخصيَّة خاصة به، وما يصلح لفرد لا يصلح للآخر.

قال الدكتور فاضل وقد اتَّسَعَتْ ابتسامته:

- يبدو يا أحمد أن نبوءتك قد تحقَّقت؛ فكلُّهم سيصبحون من علماء النفس.

ومع ابتسامة الأصدقاء أردف الدكتور فاضل وهو يلتفت إلى أيمن:

- نعم يا أيمن، هذا كلام صحيح، ولذلك آنَ الأوانُ أن أقولَ لكم: إننا لن نقدِّمَ حلولا جاهزة للمشكلات، وإنَّمَا سنقدِّمُ قواعد وضوابط نطبِّقها في حلِّ المشكلات.

قال هشام:

- إذن حدِّثْنَا يا دكتور عن النموِّ الانفعالي، وما هي الضوابط والقواعد المتعلِّقة به.

نظر الجميع إلى هشام نظرة عِتَابٍ، فقال الدكتور فاضل وهو يبتسم:

- لا تغضبوا من هشام، فهذا نوع من الانفعال؛ حيث التلهف على المعرفة.

علامات النضج الانفعالي

ونبدأ في بالإجابة عن سؤالٍ مهمٍّ: **ما هي العلامات المُمَيِّزَة للنضج الانفعالي؟**

أو فلنقل في عبارة أكثر وضوحًا: **ما هي أهداف هذه المرحلة للوصول إلى درجة النضج الانفعالي؟**

أيًّا كان السؤال فإننا -كما اتفقنا- اعتبرنا هذه المرحلة (**بلوغ السعي**) هي مرحلة ما قبل الرشد، والتي في بدايتها يحدث اختبار الرشد، أو ما أَطْلَقَ عليه القرآنُ (الابتلاء) للوصول إلى (إيناس الرُّشْدِ) وذلك في قوله تعالى:

﴿وابْتَلُوا اليَتَامَى حَتَّى إذَا بَلَغُوا النِّكَاحَ فَإِنْ آنَسْتُم مِّنْهُمْ رُشْدًا فَادْفَعُوا إِلَيْهِمْ أَمْوَالَهُمْ﴾ (النساء: ٦)

فيمكن أن يكون السؤال: **ما هي علامات إيناس الرشد؟**

قال محمود:

- طبعًا ليست العلامات التي وضعها الفقهاء؟

قال الدكتور فاضل:

- واضح استيعابك لدراستك الشرعيَّة يا محمود، ولكن هذا ليس له علاقة بالحُكْمِ الفقهي، ولكنَّنا نستأنس بالآيات القرآنية. إنَّمَا الهدفُ معرفة نفسك، هل وصلتَ إلى النضج الانفعالي أم لا؟

هناك مجموعة من الملامح الانفعالية التي تبدأ في الظهور على الشباب إذا استطاع أن ينميها، فسوف يستكمل نضجه الانفعالي؛ مثل:

١- **الواقعية**، ورَدّ الفعل للمواقف، وإدراك وتفسير الأمور من خلال نظرة غير جانحة في الخيال.

٢- **إدراك قيمة الأولويَّات**، والتمييز بدِقَّة بين نسبة كلّ عامل من عوامل الحياة، ومعرفة المهم فالأهم، وعدم تقديم الصغائر من الأمور على كبيرها.

٣- **إدراك الأهداف بعيدة المدى**؛ حيث التسامح وتقبُّل تأجيل إشباع بعض الحاجات من أجل تحقيق أهداف أهم في المستقبل.

٤- **تقبل المسؤوليَّة**، والمحافظة على العمل المُنَظَّم، وزيادة الفاعلية من خلاله، وتحمل ضوابطه.

٥- **تحمل الإحباط**؛ حيث تحمُّل الفشل، وتحمل الظروف غير المواتية لتحقيق النجاح، ومواصلة بذل الجهد للوصول إلى الأهداف.

٦- **المشاركة الوجدانية**؛ فيخرج المراهق من دائرة ذاته إلى الاهتمام بالآخرين، والبحث الجِدِّي عن الهَوِيَّة والانتماء الاجتماعي.

٧- **التدرج في رَدّ الفعل** ، وهنا يحدث ما يُسَمَّى بالضبط الانفعالي؛ حيث التحكم في شدة المشاعر، ويكون السلوك الانفعالي متعلِّقًا بكلّ ظرف على حِدَة دون خلط بين المواقف.

٨- **الاستجابات الاجتماعية، ومراعاة القِيَم**، حيث القدرة على ضبط السلوك الفردي مع المعايير والظروف الاجتماعية المقبولة، سواء الخُلُقِيَّة أو الدينية أو الأعْرَاف.

سَكَتَ الدكتور فاضل وهو ينظر إلى الشباب المشدودين إلى كلامه، وبادر هشام قائلا وهو يُقَلِّبُ كفيه:

-يعني... مفهوم.

قال أحمد:

- الكلام جميل جِدًّا، ولكنَّه صعبٌ.

قال أيمن:

- أظن أنه لا يمكن صياغته بغير هذا الشكل؛ فهو علمي بحت.

نَظَرَ الدكتور فاضل إلى محمود الذي لم يتكلم، فابتسم الأخير وهو يقول:

- لا تعليق، ولكن بالفعل لو وَصَلْنَا إلى هذا المستوى فسوف نكون ناضجين.

قال أحمد:

- على رأي محمود، أحيانًا نكون أقل من مراهقين بالقياس لهذه الصفات، وكثيرًا ما نخرج عن مشاعرنا؛ نستعجل، نغضب من القيم والمبادئ، لا همنا إلا أنفسنا، نفقد الولاء والانتماء عند أول اختناق.

قال هشام:

- يعني لا تكون فينا هذه الملامح بنسبة ١٠٠%.

قال الدكتور فاضل:

- ومَنْ قال أن هذا هو المطلوب في هذه المرحلة. المطلوب أن تـــدرك أن هذه السمات الانفعالية الثمانية هي ما نسعى إليه، وكلٌّ مِنَّا يقف على درجة من درجاتها؛ فقد يتَّصف واحد بثلاث أو خمـــس أو ســـت مـــن الثمـــاني، وإذا وصل إلى الثماني يكون ناضجًا.

أوقف الدكتور فاضل هشام -الذي أراد أن يتكلم- بإشـــارة مـــن كفـــه وأكْمَلَ:

- أيضًا يا هشام يكون الواحد منَّا فيه كل سمة من هذه الســـمات بنسبة معيَّنة؛ فَمِنَّا من تكون عنده ٨٠%، أو ٧٠ %، أو ٥٠%، بـــل وبـــاختلاف المواقف، والحالة النفسيَّة، والظروف الاجتماعية، وعوامل البيئة المحيطة قد تعلـــو النسبة وتنخفض كما بَيَّنْتَ يا أيمن.

مُعوِّقات النضج الانفعالي

ارتفع صوت الدكتور فاضل وهو يُكْمِلُ:

- نحن لسنا آلات يا أولادي، ولسنا جمادات، ولكننا مشاعر وأحاســيس، وعقول وقلوب، وهذه الضوابط العلمِيَّة ما هي إلا مُرْشِدَات، نقول من خلالهـــا للشاب: اسعَ للوصول إلى النضج. وندرك تمامًا أن هناك عشـــرات المعوِّقـــات أمام هذا الوصول.

قال هشام بسرعة:

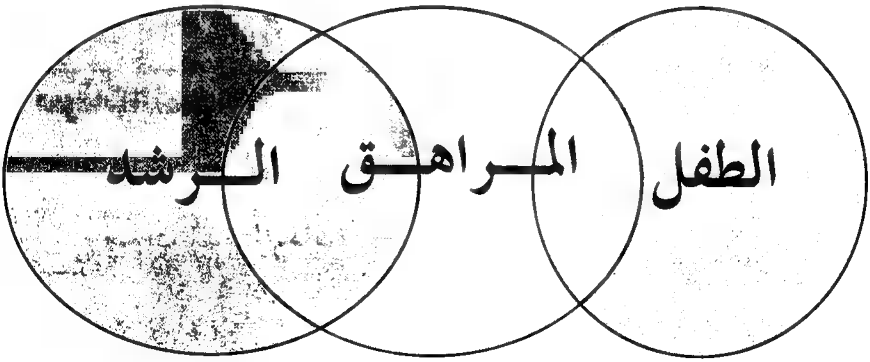
- نعم، المعوِّقات، وما أكثرها يا دكتور، بجانب عدم اعتراف المجتمع بها؛ فيطالبون الشاب بالنضج ما دام قد وصل لِسِنٍّ معينة، ولا يبحثون عن سبب عدم نضوجه إلى الآن؟

قال الدكتور فاضل:

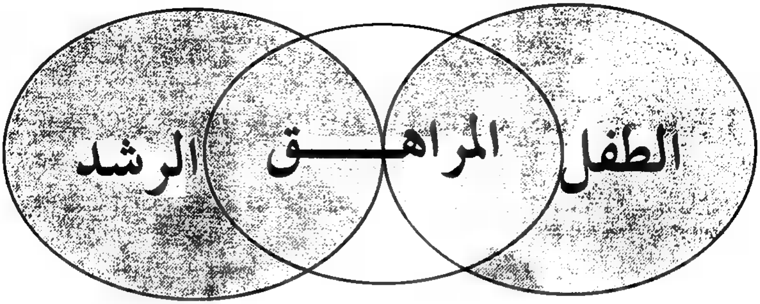
- أوافِقُكَ يا هشام، ولذلك استمع معي إلى المعوِّقات التي تقف أمام النمو الانفعالي وتُحِدُّ منه، بل وآثار هذه المعوِّقات على ذلك النمو.

١ـ اختلاط الأدوار.

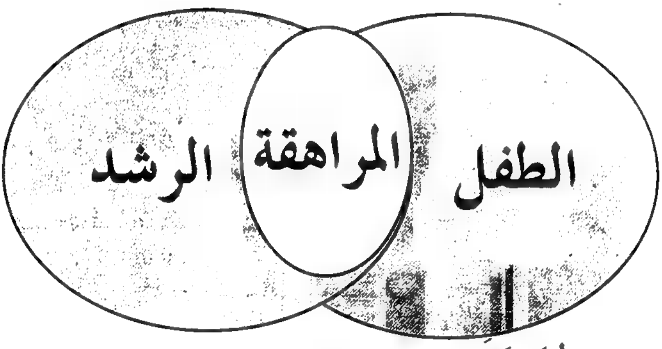
وهي مشكلة التداخل بين المراحل العمرية.



مراهقة طويلة طاغية على مرحلتي الطفل والراشد.



مراهقة مترددّة بين مرحلتي الطفل والراشد.



مُرَاهَقَةٌ منضبطة فيها سمات الطفولة

وتحاول أن تَكْتَسِبَ من سمات الرشد.

وأصل المشكلة ليس المراهق، وإنما المشكلة تَكْمُنُ في الذين يتعاملون معــه؛ فالمراهق ينقسم إلى جزأين نفسيين ؛ جزء يحمل سمات الطفولة، وجــزء يحمــل سمات الراشد.

أو هو يسحب كلَّ متعلّقاته الباقية من مرحلة الطفولة ليدخل مرحلة الرشد، وهنا يحدث:

أ - غموض في معاملة الكبار له؛ هل يعاملونه كطفل، أم كرجل؟

ب- غموض في مفهومه عن ذاته؛ هل هو كبير أم ما زال طفلا، وهذا الغموض يعترض طريق نضجه.

٢ـ الصدمات المُبكّرَة .

ويمكن أن تحدث بسبب النقطة السابقة؛ فقد يُحَمَّل بمسؤوليات الرجولة قبل اكتمال مؤهّلاتها عنده فيفشل، مِمَّا يجعله يقف عند هذه المرحلة ولا يستكمل نضجه.

٣ـ الحرمان المُبكّر من العطف.

وهي أيضًا متعلّقَة بالنقطة الأولى؛ حيث يسارع الكبار بانتزاع كلّ وسائل العطف والرعاية التي كان يعطونه إيَّاها وهو طفل صغير بحجة أنه أصبح رجلا، مِمَّا يؤدي إلى الشعور بالخوف من الفشل، وعدم وجود السَّنَدِ والمُعَاون، مِمَّا يعوق النضج الانفعالي.

٤ ـ نقص الخِبْرَة.

وهي نتيجة لكلِّ ما سبق، مِمَّا يؤدى إلى عدم وجود كلِّ أدوات التدريب على مواقف الحياة، التي هي في أساسها وسيلة ضرورية للنضج الانفعالي.

٥ ـ نقص التدريب.

لا زِلْنَا نَدُورُ في نفس الحلقة؛ حيث إن نقص التدريب يعوق النضج، وأسباب هذا النقص هي كلُّ ما سبق تقريبًا.

٦ ـ الصراعات الداخلِيَّة.

وخاصة إذا لم يجد لها حلا، وأكثرها صراعات القيم مع الحاجات.

٧ ـ حيل الدفاع النفسي.

وهي أسرع وسيلة للهروب النفسي؛ لتعويض نقص الخبرة، وذلك يعوق الدخول في التدريب للحصول على الخِبْرات.

٨ ـ العيوب الحيَوِيَّة.

وهذه لا دخل للمراهق أو المجتمع فيها؛ حيث إنَّ بعض النقص الجسدي يعوق التدريب على النضج، وأحيانًا يحدث سوء توافق نفسي يعوق النضج بِسَبَبِ العجز الجسدي أيضًا.

عاد الدكتور فاضل إلى السكوت من جديد وكأنه يستفسر الشباب عن رأيهم.

لم يتكلم أحد، بل نظروا كلهم إليه راغبين في الاستزادة.

فقال مستجيبًا لرغبتهم:

- لا يعني إزالة هذه المعوقات أن يكون الطريق ممهَّدًا للنضج الانفعالي، ولكن هناك قضية مهمة بدأنا بها حديثنا حول النمو الانفعالي؛ إنها المشكلات، وهي عنوان لقائنا؛ حيث نحب أن نصل إلى أن يكون (**شباب بلا مشاكل**).

ومعظم المشاكل التي تواجه الشباب وأهمها تَخُصُّ هذا النمو (النمو الانفعالي)، ومن هذه المشاكل باختصار حتى يحين موعد تناولها بالتفصيل:

١- انفعال الغضب.

حيث إن مصدره عدم القدرة على تحقيق الحاجات، والشعور بالعجز. وهذا الانفعال هو الأكثر حدوثًا بين الشباب بصفة عامَّة.

٢- مشاعر الحب.

وتتوجه في الغالب نحو شخص من الجنس الآخر، مع خلع الصفات المثالية عليه، وهذا لا يعني التخلي عن مشاعر الحب نحو جماعة الأصدقاء من نفس الجنس، أو نحو صديق حميم، أو نحو الوالدين.

ووقوعه في الحب وانشغاله به يؤدي به إمَّا إلى سعادة أو عذاب؛ فالحب يجعل المُحِبَّ لا يرى عيوبَ محبوبه، ويتغاضى عن عاداته السيئة، ونقاط ضعفه فسيشعر السعادة المستمرة.

والحُبُّ مركّبٌ من عدة دوافع وانفعالات، ويتضمن أعلى نشـــوة بجـــوار أعمق ألم.

ومع النضج والنمو يبدأ الشاب في تحديد نظرته لمحبوبه، واكتشاف ما أخفاه الحُبُّ عنه، والبحث عن شيء فيه غير الجمال الشكلي.

٣ـ حدة العواطف.

وتظهر على هيئة مجموعة من المظاهر، قد تقترب مـــن مظـــاهر المرحلـــة السابقة(المراهقة المتوسطة) إلا أنها ما دامت في إطار المُبَاح فلا مشكلة فيها،مثل:

أ- التروع نحو المثالية، وتمجيد الأبطال والشغف بهم.

ب- الاعتداد بالنفس.

ج- العناية بالمظهر وطريقة الكلام.

د- حب الطبيعة (عواطف جمالية).

وتصل في النهاية إلى نضج وثبات انفعالي.

خبرات التربية

والواقع أن معظم المشكلات التي تظهر في السنوات المبكـــرة للمراهقـــة، والتي لا يتم حلها بنجاح في ذلك الوقت تستمر في مرحلة الشباب، بالإضافة إلى ظهور مشكلات جديدة.

والشاب في هذا الطور –طور الشباب– قادر على مواجهة المشكلات بطريقة أكثر موضوعية، وقادر على اتخاذ القرارات دون أن يُعَوِّلَ كثيرًا على الوالدين أو المعلّمين أو الأصدقاء، ثم إنه قادر على الدفاع عن قراراته، والسعي لتحقيقها ما لم تتوفر له أدلة على خطأ هذه القرارات.

ومن ثَمَّ فإن مشكلات الشباب في عمومها تشبه مشكلات المراهقة. أمَّا كيف يقابل الشاب هذه المشكلات، وكيف يسعى لحلها بطريقة ناضجة فهنا تظهر خبرات التربية التي اكتسبها في المراحل السابقة.

نماذج من مشكلات الشباب

ومعظم المشكلات التي تسود في هذا الطور تتعلق بالجاذبية الشخصية، والتكيُّف الاجتماعي والأسري، والعمل، والنقود، والنجاح الأكاديمي، والعلاقات الجنسية ونأخذ نموذج من الشباب (الشباب المصري) الذي من مشكلاته:

١ـ مشكلات صحِيَّة.

وقد أكدت الدراسات التي أُجْرِيَتْ على الشباب المصري أن لديهم الكثير من المشكلات الصحية على نحو يوحي بحاجتهم إلى التربية الصحية السليمة؛ حيث يفتقد هذا الجيل أبسط مبادئ الغذاء السليم، والرياضة الصحِيَّة، والوقاية من الأمراض.

٢ـ مشكلات عاطفية جنسيَّة.

وتوجد نسبة عالية من الشباب المصري من الجنسين تزداد لديهم المشكلات العاطفية؛ فهو يريد أن يعرف كيف يجعل أفراد الجنس الآخر يهتمون به. وغالبية الأفراد من الجنسين يودُّ أن يعرف شيئًا عن أساليب السلوك الاجتماعي الصحيح في وجود الجنس الآخر، كما إنهم يريدون أن يعرفوا بعض المسائل التي تتعلق بالزواج والحياة الزوجية المُقْبِلَة، كما إنهم في حاجة إلى معلومات جنسية علمية ولكن يقف أمامهم الاتهام بالعيب، والنقد الاجتماعي لتلك الرغبات، ولو وُضِعَتْ في إطارها الصحيح خُلُقِيًّا ودينيًّا واجتماعيًّا لكان خيرًا للمجتمع.[١]

٣ـ مشكلات دراسية ومِهَنِيَّة.

أمَّا عن مشكلات المستقبل الدراسي والمهني للشباب فقد أثبتت الدراسات المصرية أن نسبة كبيرة من الشباب من الجنسين يشعرون بالقلق إزاء هذا المستقبل، وخاصة عندما يواجه بانتهاء الدراسة في المرحلة الثانوية.

ولعلَّ حِدَّة هذه المشكلة ترجع إلى نظام القبول بالتعليم الجامعي والعالي، والذي أصبح نوعًا من المسابقة، بينما نظام التوجيه المهني أصبح نوعًا من العقاب على ضعف المستوى في التعليم الثانوي. ولهذا فإن معظم الشباب لا يدرون شيئًا عن ميولهم المختلفة؛ أي أنهم في حالة شك من حقيقة هذه الميول.

ومع ضغط الإعلام في قضية البطالة يستشعر الشاب أنْ ليس له مستقبل

(١) انظر الكلام عن التربية الجنسية في الكتاب الأول من هذه لسلسة (بلوغ بلا خجل)، والكتاب الثاني: (مراهقة بلا أزمة) الجزء الثاني للمؤلِّف.

مهني، مِمَّا يدفعه إلى اليأس، وضعف الإقبال على التَّحْصِيل.

وحين يُرَتِّبُ الشباب المصري -في نهاية المرحلة الثانويَّة- مجالات المشكلات التي تواجهه نجدها كما يلي:

مجال	الفتيان	الفتيات
١	ما بعد المدرسة الثانوية	مدرسي
٢	مدرسي	التعامل مع الآخرين
٣	الثقافة الجنسية	ما بعد المدرسة الثانوية
٤	التعامل مع الآخرين	الثقافة الجنسية
٥	بين عائلي	بين عائلي
٦	الأشياء العامة	الأشياء العامة

٤ ـ مشكلات الميول والهوايات.

أمَّا عن ميول الشباب فإن ما يُحَدِّدها عاملان مهمَّان؛ هُمَا:

أ- البيئة التي يعيش فيها المراهق.

ب- جنسه (ذكر أو أنثى)

فالفتيان والفتيات الذين يعيشون في المدن الكبيرة أو المدن الصغيرة أو القرى تتخلف ميول بعضهم عن بعض.

وتظهر أهمية الجنس هنا خاصة إذا علمنا أن (طور السعي) هــو الفــترة التي يتحدد فيها نهائيًّا نمط السلوك المناسب لكلٍّ مِنَ الذَّكر والأنثى، ولهذا تتمـيز ميول كلٍّ منهما في هذا الطور تميُّزًا واضحًا، ويظهر ذلك جليًّا في الأحـــاديث التلقائية لكلٍّ منهما، كما يكون أكثر وضوحًا في هوايات كلٍّ مِنَ الجنسين على الرغم من أن نوع الهواية يختلف هنا عن المراحل السابقة؛ فقد أصبحـــت مــن نوع (الهوايات النافعة)، وليست من هوايات قضاء وقت الفراغ والترويح.

الميول المشتركة

بالطبع توجد ميول مشتركة بين الجنسين، ولعل أهمها ما يتصـــل بـــالميول الشخصية، والتي تشمل -على وجه الخصوص- المظهر **والاستقلال والمستقبل**. وهذه المجالات الثلاثة على وجه الخصوص تحتل معظم وقت الشباب من الجنسين وتفكيرهم.

المظـــهـر

ويحتل المظهر أهمية خاصة؛ لأنه يلعب دورًا كبيرًا في التوافق الاجتماعي للشباب، ويعينه على ذلك اقـــتراب الجسم من الاكتمال. فمن مشـــكلات الفتيـــات هـــذا الصراع الناتج من ضغط الإعلام والبيئة فيمـــا يخـــص شكل اللباس وطبيعته المكشوفة، وما تفرضه الأسرة -من منطلق الدين والقِيَـــم والأعراف- من احتشام. ومِمَّا يزكِّي هذا الصراع الحياءُ الفطريُّ لدى الفتاة.

الاستقلال والاعتماد الاقتصادي

كما تصل الرغبة في الاستقلال إلى قِمَّة حِدَّتِهَا في هذا الطور. وكثيرا ما يبالغ الشاب في هذه الرغبة إذا علم أن بعض أصدقائه أكثر استقلالا منه. وقد ينشأ عن ذلك صراع مع الوالدين، ويكتشف المراهق أن اعتماده على غيره في هذه المرحلة ذات طابع اقتصادي في جوهرها، ويحاول البعض حلّ هذا الصراع بالبحث عن مصادر خاصة للدخل -من خلال العمل أثناء وقت الفراغ- تُعِينُه على هذا الاستقلال.

وبعض أسباب التَّسَرُّب في التعليم الثانوي يعود إلى هذا السبب، وسبب الصراع ليس العمل في حدٍّ ذاته، فالعمل قيمة مطلوبة، ولكن لهجة الرفض من المجتمع والأسرة لعمل الشاب مع دراسته هي السبب الرئيسي.

المستقبل وخلط الأوراق

أمَّا الميول التي تتمركز حول المستقبل فتبدأ في الظهور مع (المراهقة المبكِّرة)، إلا أنها سرعان ما تُصْبِحُ مصدرًا للاهتمام الكبير في (طور السعي)؛ فمع الاقتراب مِنَ الرُّشد ومسؤولياته يشعر الشاب بعبءِ المستقبل؛ وخاصة إذا كان عليه أن يستقلّ بحياته ويتزوج ويكوِّن أسرة.

ومع لعبة (خلط الأوراق) التي يعيشها المجتمع المصري في الوقت الحاضر يشعر الفتى أن مطالبَ هذا الاستقلالُ أصبحت مستحيلة التنفيذ مع سوق عمل

محدود يُجْبِرُ الشباب على انتظار الوظيفة التي توفِّرها لـــه القـــوى العاملـــة أو مسابقات التعيين – وغالبًا لا تتفـــق مع ميوله، بـــل ولا مـــع إعـــداده السابق- والتي يحصل منـــها علـــى (دخل محـــدود) لا يكـــاد يغطِّـــي تكاليف الحياة اليومية المعتادة، مـــع استهجان واستقزار مجموعـــة مـــن المهن، أو نوعية المـــهن المعروضـــة والمخالِفَة للعُرْفِ والتقاليد، وخاصـــة في مجال السياحة، أو ما قد يطلـــب فيها من الشاب والفتاة أن يظـــهرا بمظهر أو سلوك في العمل يخالف الدين والقيم.

ويصبح السؤال المكرَّر دائمًا والمعاد أبدًا: كيف أُوَفِّرُ من هذا الدخل المحدود ما يكفِي الحاجات الأساسية، ويغطي تكاليف شقة متواضعة، وأثاث أقل تواضعًا لأتزوج وأكَوِّن أسرة؟ هذا السؤال البسيط لم يُجِبْ عليه أحـــدٌ مـــن صُنَّـــاعِ السياسة الاجتماعية والاقتصادية في مصر. وواجبهم أن يجيبوا عليه؛ لأن المشكلة هنا من النوع الذي لا يقبل المعالجة النفسية[1]، وإنما هي نـــوع مـــن الكارثـــة الاجتماعية التي تنذر بالشرِّ المستطير.

(١) من خلال الإعلام، والنقاش في البرامج المفتوحة، ومن خلال خدمات الإرشاد النفسي مباشرة.

حول النمو الانفعالي

- النضج الانفعالي من أهم ملامح عبور المرحلة إلى الرشـــد، وله ثمانية ملامح:

١- الواقعية.

٢- إدراك قيمة الأولويّات

٣- الأهداف بعيدة المدى.

٤- تَقبُّل المسؤولية.

٥- تَحَمُّل الإحباط.

٦- المشاركة الوجدانية

٧- التدريج في رَدِّ الفعل.

٨- الاستجابات الاجتماعية ومراعاة القيم.

- ويقف أمام هذا النُّضج مجموعة من المعوِّقات أهمها:

١- اختلاط الأدوار.

٢- الصدمات المبكرة.

٣- الحرمان المبكر مِنَ العطف.

٤- نقص الخبرة.

٥- نقص التدريب.

٦- الصراعات الداخلية.

٧- حِيَل الدفاع النفسي.

٨- العيوب الحيوية.

- أهم مشكلات النمو الانفعالي عند الشباب.

١- مشكلات صحية.

٢- مشكلات عاطفية جنسية.

٣- مشكلات دراسية.

٤- مشكلات الميول والهوايات.

- وأهم الانفعالات الناتجة من تلك المشكلات:

١- انفعال الغضب.

٢- مشاعر الحُبِّ.

٣- حِدَّة العواطف.

الفصل الرابع

4

النمو العقلي والمعرفي

استمرَّ الدكتور فاضل في حديثه متنقلا إلى نقطة جديدة، فقال:

- في هذه المرحلة يصل تطور النمو العقلي والمعرفي إلى ما يُسَمَّى البلـــورة Consolidation والاستقرار Stabilization وتـأخذ هـاتين الحـالتين الأشكال التالية:

١- التفكير في البدائل والفروض

في المرحلة السابقة كان المراهق يتوقّفُ عن التفكير عندمـا يصـل إلى أوّلِ حَلٍّ، ولكنّ يَستطيع هنا أن يخزِّنَ الحلَّ الأوّلَ ليحصل على ثانٍ وثالثٍ.

٢- التفكير المنظَّم في الاحتمالات المختَلِفَة

حيث يستطيع أن يقارن بين الحلول ويختار الأنسب له من خلال ما يريده. وهناك أدلة على أن دخول الطفل في مرحلة المراهقة لا يُعَدُّ دليلا على وصول النمو العقلي إلى حَدِّه الأقصى.

ولكن من دلائل خروج الشاب من مرحلة المرهقة إلى بدايات الرشد أن يصل إلى مستوى مرتفع من النمو العقلي والمعرفي.

وهذان الشكلان تعبيرٌ عن وصول الشاب إلى قمة في الذكاء والتفكير والتحصيل، واتخاذ القرار والتي يصاحبها.

- **قمة نضج الذكاء التي لا تتوقف، وإنما تستمر في النمو.**

- **تعدد أشكال التفكير:**

من التفكير المنطقي	حيث القدرة على ربط المقدِّمات بالنتائج، فيرتقي عنده أسلوب الحوار.
إلى التفكير الابتكاري	فيجد رغبة عالية في التطوير والإضافة والمزج، مِمَّا تجعله على استعداد مستمر للعطاء.

وزيادة القدرة على الفهم التي تؤدي إلى

- زيادة القدرة على الصياغة النظرية، والتعبير بالألفاظ، والقدرة على حلِّ المشكلات المعقَّدَة.
- تبلور واتِّضاح التخصص، وبدء الاستقرار في المهنة.

٣- التحصيل

تزداد القدرة على التحصيل، والسرعة في القراءة، وتنوُّع القراءات.

- القراءات المتخَصِّصَة.
- الموضوعات السياسيَّة والفلسفيَّة.
- كتب الشخصيات التاريخيَّة المشهورة.
- الكتب الجنسِيَّة.

٤- اتخاذ القرارات.

تزداد القدرة على اتخاذ القرارات، وعلى التفكير بنفسه لنفسه. ويتضمَّن:

- الاختيار بين البدائل.
- الحُكْم على بديل معين.
- الثقة في النفس عند التنفيذ.
- الاستقلال في التفكير.

– الحرية في الاستكشاف، حيث لا يرجع كثيرًا أو مطلقًا إلى الآخرين.[١]

وتزداد القدرة على التفريق بين المرغوب، والمعقول، والواقعي، والمثالي.

وهذا كله يؤدي إلى القدرة على المناقشة المنطقيـــة، وإقنـــاع الآخريـــن، وتطور الميول والمطامع؛ حيث تصبح أكثر واقعية.

وتبرز هنا قضايا التعليم الجامعي، ويـترجم الشاب مشكلته في مدي استفادته العمليَّــة في مجال المهنة والحياة من المقررات التي يدرسها.

اتسعت ابتسامة الشباب، فالتفت الدكتـور فاضل إليهم، وقال هشام:

– الحقيقة يا دكتور لم نستطع مقاطعتك طوال هذا الوقت؛ لأهميـــة مـا تعرض، ولكن عندما ذكَّرتنا بالتعليم والمناهج استشعرنا رُوحَ المُدَرَّج والمحاضرة.

ابتسم الدكتور فاضل وقال:

– أعتذر عن الاسترسال. على العموم بقيَ سؤال أطرحه عليكـــم وهـــو:

هل التعليم للتعليم أم للحياة؟

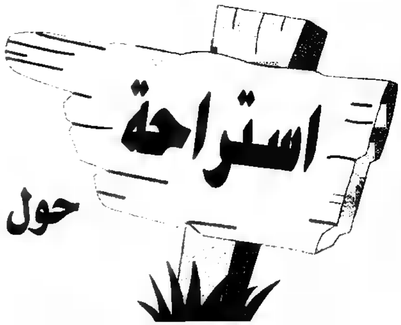
فَهِمَ الشباب من إشارة الدكتور فاضل أنه لا يريد إجابة، ولكنـــه سـؤال ليحَفِّزَ عقولهم.

---

[١] راجع كتاب: (بلا ندم ــ كيف تحل مشكلاتك وتتَّخذ قرارًا فعَّالا؟) من سلســلة (إدارة الـذات) للمؤلف.

ثم أَرْدَفَ قائلا:

لقد مضى ذلك الزمن الذي كان المعيار فيه يقتصر على الاستمتاع الشخصي بالمعرفة، وهو ما كان شائعًا بمقولة: (العلم للعلم) ولا يمكن أن نُنْكِرَ أن العلم في حَدِّ ذاته ممتعٌ وجذابٌ، لكننا في الوقت نفسه لا بُدَّ أن نعيش عصرنا ونتطلع إلى المستقبل. وعصرنا الحالي -فضلا عن المستقبل- يؤكِّدُ النظرة الوظيفية للعلم؛ فلابد أن يكون لكلِّ علم وظيفته في بناء الحضارة.



حول النمو العقلي والمعرفي

قمة النمو العقلي والمعرفي في هذه المرحلة يبدو في مظاهر أهمها:

١- التفكير في البدائل والفروض.

٢- التفكير المنظَّم في الاحتمالات المختلفة.

٣- القدرة على التحصيل.

٤- القدرة على اتِّخَاذِ القرار.

وتنتهي المرحلة بقدرة عقلية مستقِرَّة،

وتفكير منظَّم، وتخصص واضح.

الفصل الخامس

5

النمو الاجتماعي

ابتسم الأصدقاء ونظر كلٌّ منهم إلى الآخر، وإلى الدكتور فاضل الذي كان يقلّبُ أوراقه استعدادًا للحديث، فقال وهو ما زال يقلّبُ الأوراقَ:

- أَظُنُّ أن الموضوع متواصلٌ، ولا يحتاج إلى مقدِّمَات.

قال هشام:

- نستأذنك في مراجعة بسيطة لِمَا مضى.

فقال الدكتور فاضل وهو يشير بيده:

- تفضل

قال هشام:

- أظن أننا تحدَّثنا عن أربع سِمَات للنمو في مرحلة الشباب.

قال أحمد:

- أو (بلوغ السعي).

وأردف قائلا:

- تحدَّثنا عن النمو الجسمي، والجنسي، والانفعالي، والعقلي.

قال أيمن:

- وكانت هناك مشكلة بارزة مع كلّ نوع من هذه الأنواع؛ مثل مشكلة الغذاء في النمو الجسمي، والعلاقات الجنسية في النمو الجنسي، والحُبُّ والغضب في النمو الانفعالي.

نظر الدكتور فاضل إلى محمود الذي أشار برأسه بما يفيد أنه يريد الاستماع، فقال الدكتور فاضل:

- بقيت لنا سمات ثلاث من سمات النمو: النمو الاجتماعي، والنمو الخُلُقي والديني، والنمو النفسي. واليوم سنتحدث عن النمو الاجتماعي

ثم أردف قائلا:

بالملاحظة

وُجِدَ أنَّ هناك تطور للسلوك الاجتماعي في مرحلة المراهقة كالآتي:

الفتى

من سِنِّ ١٢ــ١٥ سنة (البلوغ)	مرحلة التقليد الاجتماعي.
من سن ١٥ــ١٨ سنة (المراهقة)	مرحلة الاعتزاز بالشخصيَّة.
من سن ١٨ــ٢١ سنة (الشباب)	مرحلة النضج الاجتماعي؛ حيث تتحدَّدُ (الهويَّة الاجتماعية)، و(الذات الاجتماعية)، مِمَّا يؤدى إلى الاتزان.

الفتاة

قبل المراهقة حتى أوائلها	مرحلة الطاعة
من ١٢- ١٥ سنة	مرحلة الاضطراب
من ١٥- ١٧ سنة	مرحلة تقليد الفتيان
أواخر المراهقة	الاتزان الاجتماعي

ويأخذ النمو الاجتماعي في بدايته أَحَدَ شكلين

تآلف

- الميل إلى الجنس الآخر.
- الثقة وتأكيد الذّات.
- الخضوع لجماعة النظائر
- البصيرة الاجتماعية
- اتساع دائرة التفاعل الاجتماعي

تنافـــر

- التَّمَرُّد
- السُّخْرِيَة
- التعصب
- المنافسة

شلة الأصدقاء

في مرحلة الشباب يكون هناك ميل لتقليل دائرة الأصدقاء (القرناء)، ويكون الاهتمام بِكَيْفِ الأصدقاء لا بِكَمِّهم.

والقبول الاجتماعي -بمعنى الاحترام والمكانة- في هذه المرحلة مصدر سعادة الشاب.

ويبرز الشباب -من حيث قبولهم الاجتماعي- في ثلاثة أنماط:

١- قمة القبول	⟸ النَّجْـــم
٢- القبول المنخفض	⟸ العـــادي
٣- لا قبول	⟸ المُنْعَـــزِل

وتبدو مظاهر النمو الاجتماعي في شكلين:

١- البحث عن الذات.

٢- مسايرة الجماعة.

وتكون السمات العامة لهذه المظاهر

١- البحث عن نموذج يحتذي به.

٢- اختيار المبادئ والقيم والمُثُل.

٣- تكوين فلسفة الحياة، وتنبع الرغبة في أخذ مكانة في المجتمع.

٤- فهم المشكلات العامة.

٥- التعاون مع الزملاء.

٦- التشاور واحترام الآراء.

٧- المحافظة على سُمْعَةِ الجماعة.

٨- وبذل الجهد في سبيلها.

٩- احترام الواجبات الاجتماعية.

١٠- الميل إلى مساعدة الآخرين في شكل الإيثار والتضحية.

١١- الاهتمام باختيار الأصدقاء.

١٢- الميل إلى الانضمام إلى جماعات مختلفة؛ مثل النوادي والأحزاب.

١٣- الرغبة في مقاومة السُّلْطَة، والتَّحَرُّر من الراشدين. والإناث أكثر ميلا إلى قبول السلطة عن الذكور.

١٤- يزداد الوعي الاجتماعي، والميل إلى النقد، والرغبة في الإصلاح، ولكن دون دراسة وتأني، وقد يلجأون إلى العنف والتضحية في سبيل تحقيق ذلك.

والبعض يلجأ إلى إثبات ذاته بطريقة (خَالِفْ تُعْرَف)

وتستوي المرحلة في نهايتها اجتماعيًّا في شكل السعي إلى الاستقلال الاجتماعي :

← الزواج

← العمل

مراحل التطبيع الاجتماعي

١- تعلم الثقة ⇦في مقابل عدم الثقة.

٢- تعلم الذاتية أو الاستقلالية ⇦في مقابل الشعور بالعار.

٣- تعلم المبادأة ⇦مقابل الشعور بالذنب.

٤- تعلم الاجتهاد ⇦في مقابل الشعور بالنقص.

٥- تعلم الهوية ⇦في مقابل اضطرابات الهوية.

٦- تعلم الصداقة الحميمة ⇦في مقابل العُزلَة.

٧- تعلم الإنتاجية ⇦في مقابل الاستغراق في الذّات.

٨- تعلم التكامل ⇦في مقابل اليأس.

من مشاكل التَّكيُّفِ الاجتماعيِّ

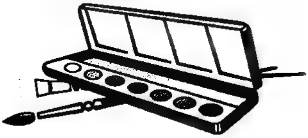
١- الناحية الاقتصادية كعقبة للزواج.
٢- لا يُسْمَحُ للفرد في الغالب الاختيار بنفسه، وخاصة الفتيات.
٣- الضغط والسُّلْطَة من الآباء.
٤- توقُّع أن يسلك المراهق سلوك البالغ رغم أنه لم ينضج.
٥- تضييق فرص الاتصال الاجتماعي بين المراهقين والمراهقات.
٦- ارتفاع متوسط سِنِّ الزواج.

المشاكل مع الراشدين

مِنْ أَهَمِّ أسباب الصراع مع الراشدين (قائمة الممنوعات) على المراهق التي تَحِلُّ للراشد مثل:

- عدم البقاء خارج المترل لوقت متأخِّر.

- عدم التدخين.
- عدم الذهاب للسينما.



- عدم الإفراط في الزينة (للفتيات خاصة).
- عدم الابتذال في الملابس.
- عدم مغادرة المترل بدون إذن.

مِمَّا يؤدي إلى إخفاء التصرفات، وتكوين العلاقات الخاصة، والثورة ضد الآباء الذين يصابون -مِنْ جَرَّاء ذلك- بالحيرة والدهشة، والشعور بأن الابن غير مجهَّز لتلك الحرية.

من مظاهر النضج الاجتماعي في هذه المرحلة:

١- نمو القيم بسبب التفاعل مع البيئة

أ- **القيمة النظرية**: الميل إلى معرفة العَالَم مِنْ حوله.

ب- **القيمة الاقتصادية**: الاهتمام باستغلال ما هو نافع من العالم المحيط به؛ كوسيلة للحصول على الثروة وزيادتها.

جـ- **القيمة الجمالية**: اهتمام الفرد وميله إلى ما هو جميل متناسق متوافق

د- **القيمة الاجتماعية**: الميل إلى غيره من الناس وحُبِّهم، وميله إلى مساعدتهم.

هـ- **القيمة السياسية**: الاهتمام بحلِّ مشاكل الجماهير، وقضايا وطنه وأمته، مع ميل إلى القيادة والتحكم والسيطرة.

و- **القيمة الدينية**: الاهتمام بقضايا الغيب، ومُفْرَدَات الإيمان، مع محاولة وصل نفسه بالله.

وتختلف هذه القيم من فرد إلى آخر؛ قوة وضعفًا وترتيبًا.

ويحدث في نهاية المرحلة ما يُسَمَّى بـ(**الفطام الاجتماعي**) ويساعد عليه الدافع الجنسي نحو الآخر، والرغبة في تكوين أسرة، فيسعى إلى الاستقلال عن الأسرة الكبيرة؛ حيث تنتهي المراهقة إمَّا بالاستقلال أو سوء التوافق.

وتعتبر المهنة والزواج آخر خطوتين كبيرتين نحو النضج؛ فالتقدم إلى عالم العمل يؤدي إلى:

١- الإسراع بالنضج.

٢- التوافق مع السُّلْطَة.

٣- الشعور بالمسؤولية والمكانة.

٤- التطبيع الاجتماعي.

مظاهر النضج الاجتماعي

١ـ الاعتزاز بالشخصية.

٢ـ ظهور آراء شخصية معتدلة متوافقة مع القيم والتقاليد.

٣ـ زيادة الاهتمام بالجماعة، والتخلص من فكرة (وحدي أو نفسي).

٤ـ زيادة فهم الذات والآخرين بطريقة أكثر موضوعية.

٥ـ نمو الميل إلى الزعامة، والزعيم هنا يتصف بصفات الشخص المثالي.

٦ـ بداية اختيار النموذج أو القدوة.

٧ـ المشاركة في واجبات المجتمع السياسية والاجتماعية.

حقوق المراهق الاجتماعية

١- حق الحرية في اختيار الأصدقاء، والنشاط، والملابس، والهوايات، والتعبير عن آرائه.

٢- حق ارتكاب بعض الأخطاء.

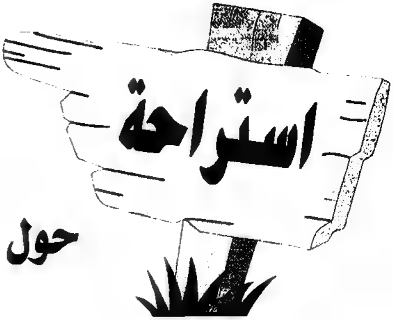
٣- حق السعي نحو الاستقلال.

٤- حق التمتع بثقة الوالدين، واطّلاعه على شؤون الأسرة.

٥- حق التربية الجنسيَّة العلميَّة.

٦- حق الخلوة والخصوصية.

٧- حق تعزيز ذاته، ونمو مفهوم مُوْجِب للذات.



حول النمو الاجتماعي

- السلوك الاجتماعي يبدأ من النضج الاجتماعي إلى الاتزان.
- وله شكلان: إمَّا التآلف، وإمَّا التنافر.
- ويكون السعي الدائم إلى الاستقلال الاجتماعي بالعمل والزواج.
- يمر التطبيع الاجتماعي بثَمَانِ مراحل.
- يواجه التكيف الاجتماعي الكثير من المشكلات.

لا بُدَّ للكبار من إدراك مظاهر النضج الاجتماعي، وحقوق المراهق الاجتماعية.

6
الفصل السادس
النمو الخلقي والاتجاهات الدينية

كان الأصدقاء يجلسون في استرخاء مستمعين للدكتور فاضل، والبعض يسجل بعض الملاحظات وقد اتَّضَحَ أن الدكتور يُفَضِّلُ سَرْدَ هذه السمات بطريقة المحاضرة، ويرى أن الاستماع دون مقاطعة أفضل، فبدؤوا يستجيبون لرغبته، واستمعوا في صمت إلى ما يقول.

واستمر هو في حديثه قائلا:

- هناك ترابط موضوعي بين كلِّ السمات السابقة والسمتين التاليتين. وأنا أعتبرهما نهاية العَدِّ التنازلي لانتهاء الرحلة؛ فإذا وصل المراهق فيهما إلى النضج المطلوب فقد بدأ في الرشد. ونتحدث أولا عن:

النمو الخلقي

مع بدايات المرحلة، وخاصة عند دخول الجامعة تتكوَّن لدى الفرد -من خلال الخبرات السابقة- مفاهيم محددة عن الصواب والخطأ، وعن الحق والباطل، وعن الفضيلة والرذيلة.

ويصبح أكثر قدرة على التعامل مع المواقف المختلفة من خلال منظومة القيم لديه، دون ضغط من الخارج.

ومن أخطر ما يحدث في هذه المرحلة زيادة التسامح مع بعض السلوكيات غير الأخلاقية، بل وإيجاد شبه عَقْدٍ بين الأفراد على التنازل المتبادل عن هذه الأخلاق؛ للوصول إلى إشباع بعض الحاجات. مثال ذلك: الغش في الامتحانات، والاختلاط بين الجنسين، وبعض الممارسات التي تُعَدُّ من قبيل العيب أو الحرام؛ مثل: تَكَشُّف البنات، والتبذل في ملابسهن.

المعايير المزدوجة

ومِمَّا يزيد من هذا التسامح الخاطئ في بعض الأخلاق المُخَالِفَة للقيم إطلاع الشباب على قصص الناجحين الذين وصلوا إلى ذلك النجاح بالغش والخداع، وعلى قصص نجاح الفنانات والفنانين، فيتخذهم الكثير من الفتيان والفتيات مثالا يُحْتَذَى؛ وخاصة في أسلوب الحياة والملابس وغيرها. وهذا يخلق مشكلة (المعايير المزدوجة) لدى الشباب، والتي تؤدى إلى إعاقة النمو الأخلاقي.

ومن المشاكل الأخرى الملازمة لهذا النمو ثقة الشباب في قدرته على أن يحدد مدى الصواب والخطأ في أيٍّ فعل يفعله، وذلك من خلال حكمته الشخصية بغض النظر عن قيم المجتمع.

ومن المشاكل -أيضًا- تعدد معايير السلوك؛ فقد يقبل الفتي أن يصادق فتاة، ولكن يرفض بشدة أن تصادق أخته زميلا لها. وكذلك نظرة الوالدين لهذا الأمر؛ فقد يتساهلون مع الفتي فيه، وفي الوقت نفس ينفجر البيت غضبًا إذا قامت به الفتاة.

ومن أسباب سلوكيات الشاب الخاطئة، على الرغم من إقراره بخطئه:

١- الرغبة في خوض التجربة.

٢- بقايا المراهقة؛ مثل: محاولة لفت الأنظار.

٣- إجبار الآخرين على الاعتراف بشخصيته وكيانه.

ولكن بسبب معرفته لمعايير السلوك، فإن انحرافه السلوكي يؤدي إلى:

١- الشعور بالقلق.

٢- الشعور بالاكتئاب.

٣- رفض الذات والتقليل من شأنها، مِمَّا يؤدي إلى القنوط، فتزداد الانتكاسة الأخلاقِيَّة.

ويتصارع الشاب في هذه المرحلة مع ثلاثة مفاهيم أخلاقِيَّة:

١ـ المفاهيم الأخلاقية للراشدين:

والتي تنبع من أعراف الأسرة، وتقاليد المجتمع، وموروثات دينية غير منضبطة تحتمل كلها الصواب والخطأ.

٢ـ المفاهيم الأخلاقية السليمة للمجتمع:

والتي تبثها بقايا وسائل الإعلام المنضبطة؛ مثل: المسجد، والقرآن، والرأي الحر.

٣ـ مفاهيم الشباب الأخلاقية الخاصة:

التي يولِّدها في الغالب عدم اكتمال النضج، والتَّشبُّث بأسوار الرشد.

وتعارض هذه المفاهيم يؤدي إلى الصراع وتولد المشكلات.

ولكن إذا توحَّدَتْ هذه المفاهيم وصل المراهق إلى النضج الأخلاقي بسرعة، واستشعر الهدوء النفسي المطلوب.

من أسباب الخلل الخلقي

١- عيش المراهق بعيدًا عن أسرته.

٢- اتساع فجوة القيم بين الأجيال.

٣- عدم اهتمام الكبار بالمعايير الأخلاقية؛ خاصة في السلوك الجنسي.

إن تَعَلُّمَ ضبط الدافع الجنسي المتدفق في المراهقة يُمَثِّلُ أكـــبر مشـــكلات المراهقين الأخلاقية، ويجب أن تحكمه التعاليم الدينية، والمعايـــير الاجتماعيـــة، والقيم الأخلاقية.

الاتجاهات الدينية

ومع النمو الخُلُقِي لدى الشباب في هذه المرحلة يسهل الاندفاع نحو التَّديـــن والالتزام. هذا بجانب أن الآثار النفسية للدافع الجنسي تدفعه دائمًا إلى اللجوء إلى الله؛ هروبًا من الوقوع في الإثم.

والتدين من مؤشِّرات الصحَّة النفسية؛ حيث يؤدي إلى التوافق الشـــخصي، فيسهم في تحقيق السعادة والأمن، ويدفع إلى الكفاءة المهنية.

النضج الديني

يقع معظم الشباب -غالبًا- بين شقي رحى التشدُّد المُسْرِف، أو التـــهاون الشديد.

والنضج الديني هو الوسط بين التشدد المسرف والتهاون الشـــديد، وهـــو الذي يسعى إليه الشاب في هذه المرحلة؛ ليتم له الدخـــول إلى رشـــد قـــوي البنيان؛ الداخلي والخارجي.

والتَّشدد الديني سببه الأساسي النشأة الاجتماعية؛ حيث يجـــب توجيـــه الشاب دينيًّا في مرحلة الطفولة المتأخرة والبلوغ؛ لأنه في هذه الفترة يكـــون في مرحلة شكٍّ وغموض.

ويكون التوجيه في المرحلة السابقة عمليًّا؛ بالقدوة، وإدخاله تجربة عبادية إجبارية.

قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «**مُرُوا أَوْلادَكُمْ بِالصَّلاةِ وَهُمْ أَبْنَاءُ سَبْعِ سِنِينَ، وَاضْرِبُوهُمْ عَلَيْهَا وَهُمْ أَبْنَاءُ عَشْرٍ، وَفَرِّقُوا بَيْنَهُمْ فِي الْمَضَاجِعِ**»[1]

حيث لا يصطلح الوعظ بمفرده ترغيباً أو ترهيبًا في هذه المرحلة، إنما بإذاقته حلاوة التدين؛ بالأمر، والعقاب على الترك.

ولكن مرحلة الشباب تحتاج إلى الإقناع العقلي، والاستمالة القلبيَّة، والصحبة الصالحة، والقدوة، وإيجاد البيئة المناسبة.

أشكال الانحراف الديني

١- الشك.

٢- الإلحاد.

٣- التقصير في العبادات.

٤- الانحراف السلوكي، والوقوع في المعصية.

٥- التَّطرف والتَّشدد.

التفريغ الديني

وبزيادة الحماس الديني يبدأ التطرف في الميلاد، ولكن لهذا الحماس الكثير من أشكال التفريغ؛ كالأتي:

---

(١) رواه أبو داود، ح (٤١٨).

١- **جماعات البِرِّ**: حيث تساعد على تفريغ طاقة العطاء، وهـــي ملائمـــة للفتيات.

٢- **نشاط اجتماعي**:حيث التواجد وإثبات الذات، وتجريبها مع الجماهير.

٣- **جماعات إزالة المنكر**: وهي عمل جماعي لإقامة دعـــائم الفضيلـــة في المجتمع، ومهاجمة الإباحية والانحراف، وهذا يُنَمِّي عند المراهـــق حاجته إلى الأمن النفسي.

٤- **التطرف**: حيث يستشعر المراهق قمة رفضه للأوضاع الســـائدة، مـــع ضعف قدرته على التغيير، فضلا عن عدم وجود قوة مُسَانِدَة.

٥- **التَّصَوُّف الزائف**: وهو نفس أسباب التطرف، ولكن يصاحبه شخصية منطوية تتقوقع داخل ذاتها.

٦- **التحرر من البدع، مع النقد اللاذع.**

٧- **التفكير الخُرَافِي**: مثل الإفراط في التفاؤل والتشاؤم، والتوسل بالأولياء، ويكثر هذا في محيط الفتيات.

٨- **إعلان الدافع الجنسي**: الذي يعتبره الشاب المُعَوِّق الأساسي بينه وبـين الله، فيكون من التنفيس الإعلان عنه، وإظـــهاره دون حيـــاء. ويظهر ذلك في شكل ملابس الفتيات، أو سلوكيات الفتيـــان. وعلى العكس تمامًا؛ تكون الحساسية المُرْهَفَة لأي مخالفة جنســية في المجتمع، والنقد المستمر للعُري، بل ويأخذ أحيانًـــا أســـلوب النهي المتطرف؛ بمحاولة إيذاء مَنْ تتعرَّى من الفتيات.

ظواهر اليقظة الدينية

١- **تجريد ذات الله**؛ حيث كانت حِسِّيَّة ملموسة في مرحلة الطفولة.

٢- **الجانب الشعوري نحو الله**؛ المتمثِّل في الحُبِّ، والخوف، والرجاء، والرهبة، والخضوع.

٣- **الجانب اللاشعوري نحو الله**، والذي لا يستطيعون البوح به، فيراجعون أنفسهم وإيماهم؛ لضبطه، ومحاولة التعرف أكثر على واجباهم نحو رهم.

٤- **الحماس الديني**: وهو شكل من أشكال اعتماد الذاتية، ومحاولة التواجد بشكل ما داخل المجتمع.

٥- **الحرص على الدين أن تشوبه بِدَعٌ أو خرافات**، وكثرة السؤال في دقائق العبادات المختلفة.

٦- **التصوف**، والنظرة الفلسفية إلى الدنيا كتعويض عن بعض الحرمان منها.

٧- **الشك**: عندما لا يجدون حلاً سريعًا لمشكلاهم النفسية في الدين، فتتلاحق أسئلتهم المستفِزَّة التي تعتبر زفرات تريد من يطفئها. وهو ناتج من تفتُّح القدرة النقدية، وظهور مهارات النقد.

٨- **الإلحاد**: وهو تعبير عن الرغبة في التحرر والاستقلال، ويكون في البداية

زائفًا وشكليًا يمكن علاجه. ولكـــن إذا صاحبـــه شـــخصية تتَّسِـــمُ بالمظهرية، وحب لفت الأنظار فَيُفَضَّلُ عدم الاهتمام بها تمامًا؛ حـــتى لا تستجيب لهذا التصور كنوع من جذب الناس حول أفكارها.

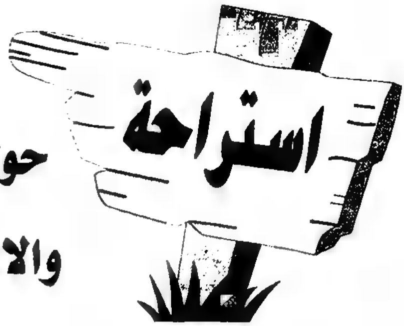
٩- **الجانب العملي (عبادة):**

فالشباب أسرع الناس إلى تنفيذ ما يؤمنون به، وأكثرهم حرصًا على دقتـــه، وأشواقهم إلى الله عالية، فإذا وجدوا الطريق السليم المُمَهَّد للتنفيذ انطلقـــوا، ولذلك نحذِّرُ من أمرين:

١- الاستقطاب من أفكار سيئة.

٢- الاسترخاء، فيؤدي إلى الانحراف أو التطرف.

إن النمو الخُلُقِيَّ والدينيَّ لدي الشباب هو المَعْـــبَرُ الأساسي نحو الرشد، فلا بُدَّ للمجتمع مـــن صيانتـــه والاهتمام به؛ لأن تركه دون رعاية، أو لِمَنْ لا يعـــي ليرعاه سيؤدى في النهاية إلى انهيار هذا المَعْبر بمن فوقـــه من الشباب، والهاوية سَحيقة لا قرار لها.



حول النمو الخلقي والاتجاهات الدينية

- أخطر ما يواجه الأخلاق في هذه المرحلة التسامح المتبادل بين الأقران حول مجموعة من الأخلاق؛ مثل الغش في الامتحانات، وتبذل البنات.

- **المعايير المزدوجة** هي السرطان الذي يصيب النمو الخلقي عند الشباب.

- ثلاثة مفاهيم تصارع الشاب في هذه المرحلة.

١- مفاهيم الراشدين الأخلاقية.

٢- مفاهيم المجتمع الأخلاقية.

٣- المفاهيم الأخلاقية الخاصة به.

- **النضج الديني** يميز نهاية هذه المرحلة.

- تحتاج هذه المرحلة إلى الإقناع العقلي، والاستمالة القلبية، والصحبة الصالحة، والقدوة، والبيئة المناسبة.

- هناك الكثير من أشكال التفريغ، التي تبدأ بالعمل الخيري وتنتهي بالتفكير الخُرَافِي.

الفصل السابع
7
النمو النفسي
(نمو الشخصية)

تحديد الهوية

استمر الدكتور فاضل في حديثه دون توقف قائلا:

- أهم المسائل التي تشغل الشباب في مرحلة بلوغ السعي (**تحديد الهوية**).

ابتسم الأصدقاء، فسكت الدكتور فاضل وهو يبتسم مدركًا معنى ابتسامتهم، وقال:

- أسف يا شباب؛ روح المحاضرة سيطرت عليَّ، فأردت أن أستمر، هذا بجانب أن هذا الموضوع مرتبط تقريبًا بما قبله.

وازدادت ابتسامته وهو يشير بكفيه قائلا:

- وأيضًا شعرت أنكم لم تتعبوا بعد.

هَمْهَمَ الأصدقاء بكلمات الموافقة، وقال هشام:

- نحن على أَتَمِّ استعداد لأن نستمع، ولكن أشعر أن اللغة ارتفعت عن مستوانا إلى المستوى الأكاديمي العلمي، والبداية ظهرت من (**تحديد الهوية**).

قالها بأسلوب تمثيلي لطيف مِمَّا أضحك أصدقاءه، فابتسم الدكتور فاضل وهو يقول:

- الحقيقة نحن سنتحدث عن نمو النفس، أو (**نمو الشخصية**).

قاطعه أحمد قائلا:

- تحدَّثنا عن النمو الجسمي والجنسي والانفعالي والعقلي والاجتماعي والأخلاقي، أليست هذه هي مفردات النمو النفسي.

قال الدكتور فاضل:

- نعم؛ فكُلٌّ هذه الجوانب للنمو تَصُبُّ في النهاية لإيجاد نفسٍ إمَّا سويَّة أو منحرفة، وتعتبر كلها خلفيات أو قواعد لتكوين هذه النفس.

ثم نظر إلى هشام وهو يبتسم، وقال:

- أمَّا عن (تحديد الهوية) فليست هذه أول مرة تسمعها؛ إذا كنت قد قرأت عن المراهقة المتوسطة، فسوف تجد الحديث عن الهوية والرسالة كنوع من أنواع التربية في هذه المرحلة. (١)

والنفس أو الشخصية هنا نتناولها من خلال قضيتين أساسيتين:

١- تحديد الهوية.

٢- ضبط الانتماء.

وأظن أن هاتين القضيتين سوف تربطا جميع الجوانب السابقة؛ ليتعرَّفَ كلٌّ منكم على شخصيته من الداخل في رحلته من بلوغ السعي إلى الرشد.

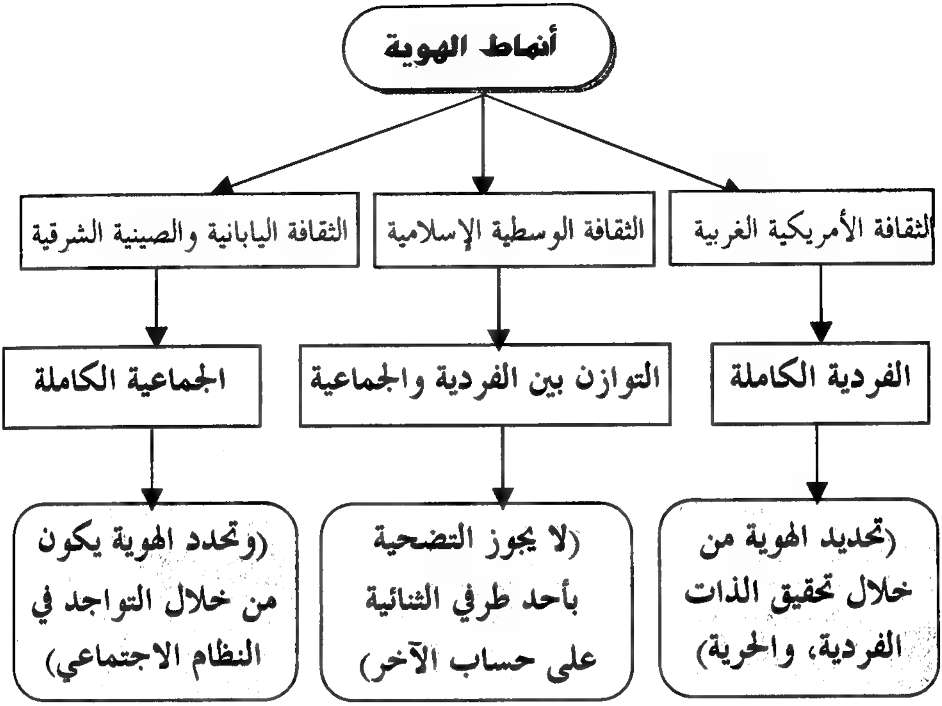
أولا: تحديد الهويَّة

ومعناها: الحاجة إلى أن يدرك الفرد نفسه على أنه شخص متوازن السلوك، متميز عن الآخرين.

ولتقريب معنى الحاجة إلى تحديد الهوية نذكر ثلاثة أنماط للهوية من خلال ثلاث ثقافات مختلفة:

---

(١) راجع (مراهقة بلا أزمة) فنون تربوية (الكتاب الثاني) من سلسلة: (أولادنا) للمؤلف.



مسارات البحث عن الهوية

وفي طريق بحث الإنسان عن الهوية هناك مسارات يسير فيها، فمن سار في المسار الصحيح وجد هوية منضبطة، وإلا كان العكس أمراض نفسية وخلل في الشخصية.

ومن هذه المسارات:

١- التلقين.

ويتَّضح شكله في منظمات الشباب، والأحزاب العَقَدِيَّة الفكرية؛ حيث تَصُبُّ الهوية صبًّا من خلال الشعارات، والأناشيد، والمحاضرات، والمحاسبة والمراقبة.

وهذا يؤدي إلى التبلور المُبَكّر للهوية قبل الأوان، وهذا معوِّق للتكوين الصحيح للهوية، مِمَّا ينتجُ مراهقًا ينشد تقدير الآخرين واعترافهم، ويبالغ في تقدير السُّلْطَة، ويكون أكثر مسايرة، وأقل استقلالا، ويحمل قِيَمًا جامدة، وطرق تفكير صلبة.

٢- التَّدَرُّج.

الذي يؤدي إلى السعي الإيجابي الحثيث نحو تحديد الهويَّة بالتعاون مع المناخ الملائم، وهذا يعطي شعورًا قويًّا بالذات، مع استقلال وإبداع وتفكير منظَّم.

ويبدو واضحًا في البيئات التي تأخذ بالتربية الهادئة المتدرِّجة، والتي من أسلوبها النقاش والحوار، وعدم الفزع من الاعتراض، وإعمال العقل، والنَّظَر الحر.

٣- الخَلْط.

حيث عدم التحديد للهوية، والعيش في مسار مفتوح من خلط الهويَّات.

والمراهقون في هذا المسار يصفون أنفسهم بـ (الباحثين عن الذات) ولا يجدونها، مما يؤدي إلى ضعف تقدير الذات، ويُنْتِجُ منافقين ذوي نظام خُلُقِي غير مكتمل، فيواجهون صعوبات في تحمل المسؤولية الشخصية، ويتَّسمون بالاندفاعية، وعدم تنظيم الأفكار.

الهوية المهنية

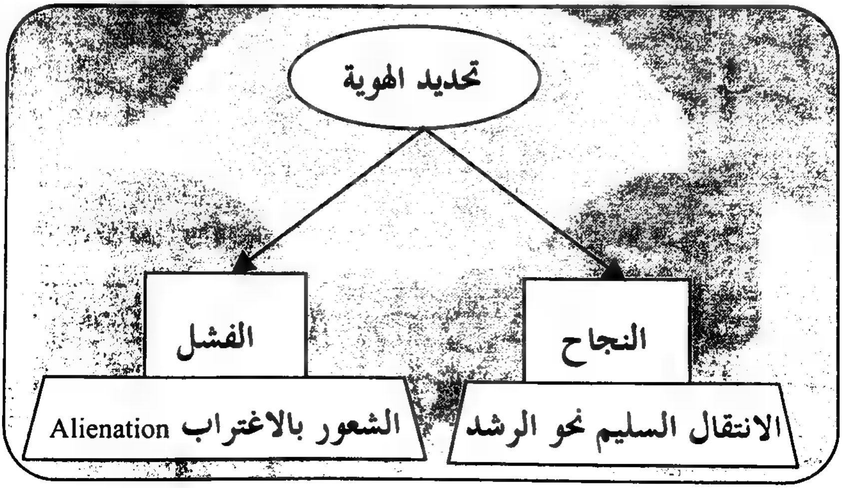
وتعني الحصول على عمل، مع تقدير المجتمع لهذا العمل، بجانب إتقان الفرد هذا العمل. وذلك كله يؤدي إلى تقدير الذات؛ حيث إنَّ الهوية المهنية المستقرة تؤدي إلى رشد منضبط، وهو حل مشكلة الاستقلال التي تحدثنا حولها سابقًا.

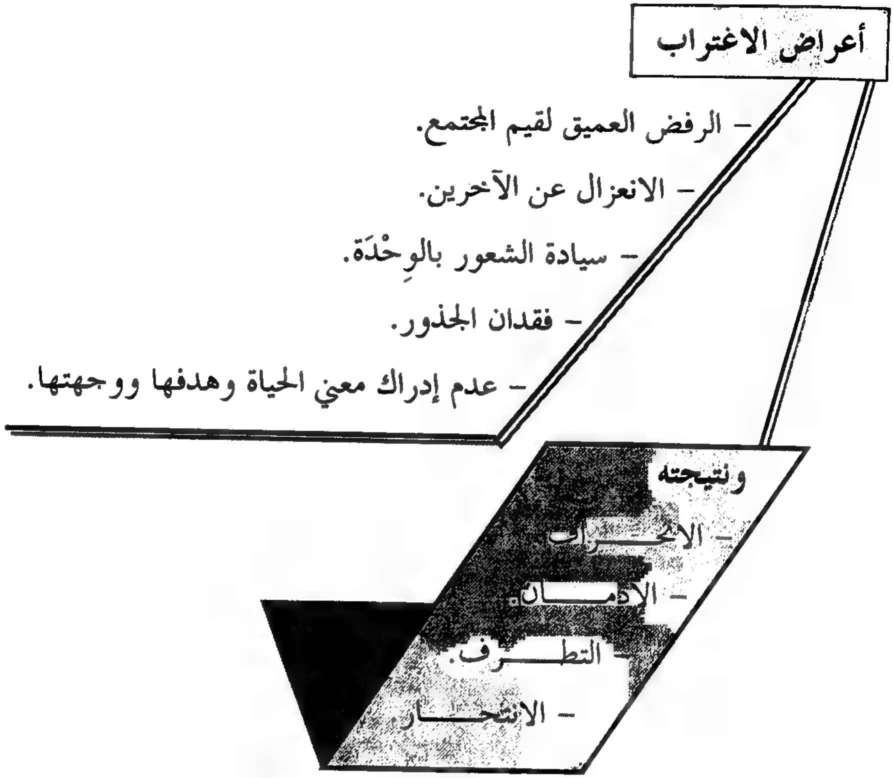
ويعوق هذا الاستقرار المهني

١- وصف الشباب أنهم عِمَالة زائدة، وفائض خريجين، وجيوش بطالة.

٢- يدرك الشباب بعد جهد الدراسة أن مهنته لا مكانة لها من الناحية التقديرية، وذلك مقارنة بالحرفين والفنانين والرياضيين.

٣- تجبر الظروف الشاب أن يلتحق بعمل لا يرضى عنه، مِمَّا يؤدي إلى الشك في الذات، ونقصان تقديرها، أو غموض الهوية (هوية سلبِيَّة).





نظر الأصدقاء بتأثُّرٍ إلى الدكتور فاضل، الذي ظهر عليه الأسى الشديد فقال:

ــ الحقيقة يا أصدقائي نحن كمحاور تأثير في المجتمع نظلم الشباب إذا لم نضع موضوع التحديد السليم للهوية في مقدمة أهدافنا.

ثم نظلم أنفسنا عندما لا ندرك مدي التأثير الرهيب للفشل في تحديد الهوية.

نظر الأصدقاء بعضهم إلى بعض، وتفاعل قلوبهم يبدو واضحًا على الوجوه، فقال الدكتور فاضل وهو يعود لابتسامته بصعوبة:

- أعلم أن داخل نفوسكم الكثير من الشكوى، والشعور بالحيرة لتحديد السبب في هذا الفشل، ولكن سنؤجِّلُ النقاش قليلا إلى أن ننتهي من النقطة الثانية التي اخترناها في موضوع نمو الشخصية أو النمو النفسي.

ثانيًا: ضبط الانتماء

ومعنى الانتماء: النمو داخل جماعة، وهذا النمو يتطلَّب من الشخص المنتمي قدرًا كبيرًا من تحمُّلِ المسؤولية.

ويُعْرَّفُ (**الشخص المسؤول**) بأنه ذلك الشخص الذي يؤدي عمله بانتظام، ويضطلع بواجبه، ويؤدي ما عليه من التزامات بغير حاجة إلى رقابة أو توجيه من جانب شخص آخر.

منظومة أنماط الشباب

ونجاح فترة الشباب يبدو في بدء ظهور الارتباط بين الـــذات والمجتمـــع، ونهايتها السعيدة تعني توصُّل الفرد إلي دور اجتماعي يناســبه؛ ليســتطيع مــن خلاله أن يحقق ما لديه من قدرات وإمكانيات خَلاَّقَة.

وهناك نوعان من الشباب

الشباب الذين يريدون تغيير مجتمعهم، ويسعون إلى ذلك بكلّ سبيلٍ مُتَاح

الشباب الذين يرفضون مجتمعهم، أو ينسحبون منه، أو الاثنين معًا.

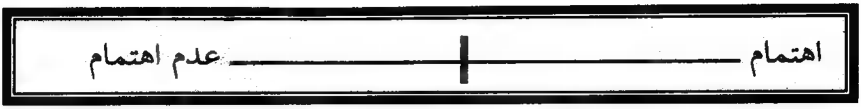
وبين طرفي هذين النوعين نجد منظومة متكاملة من أنواع الشباب، يمكـــن تمثيلها بالنموذج الآتي[1]:

هذا النموذج عبارة عن بُعْدَينِ، يُمَثِّل كلٌّ منهما اتجاهًا يمكـــن أن يتبنـاه الشاب حِيَال النظام الاجتماعي الذي ينتمي إليه ويعيش فيه.

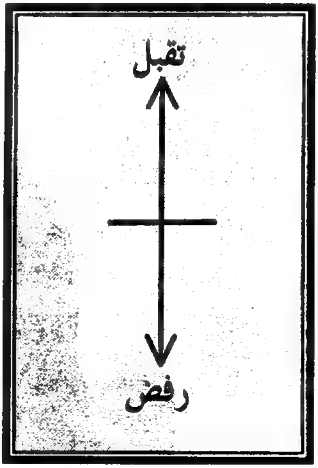
البُعْدُ الأوَّلُ: الأفقي، ويُمَثِّل درجة الاهتمام، وحرص الفرد على معايشـة الأمور والقضايا الاجتماعية والسياسية في مجتمعه، وله طرفان على المحور الأفقي.

---

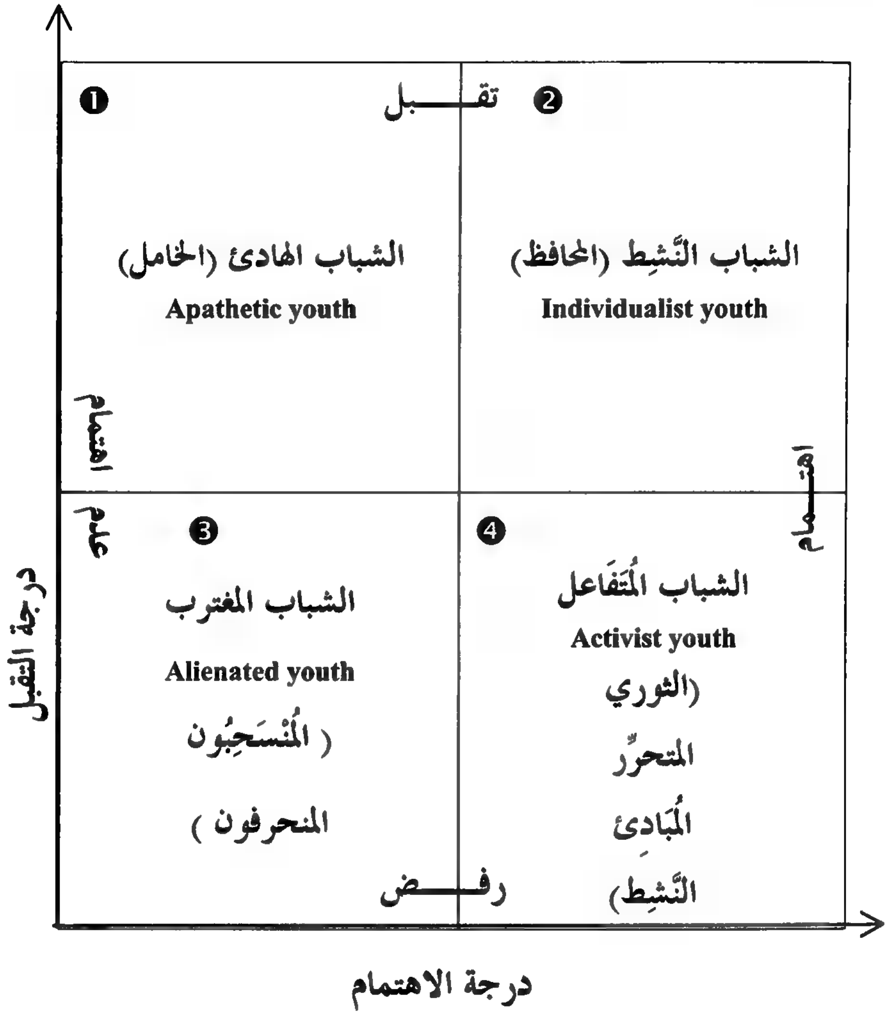
(١) فكرة المنظومة عن Blocx. 1968 نقلاً عن قشقوش وقمت بإعادة صياغتها لمناسبة المجتمع المسلم.



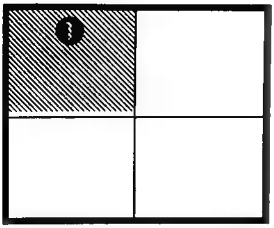
البُعْدُ الثاني: الرأسي، ويمثل درجة التقبل، أو الرفض للقيم السائدة في المجتمع، ومسايرته للمعايير السلوكية الخاصة بهذا المجتمع، وله طرفان على المحور الرأسي.



فيكون شكل المنظومة هكذا



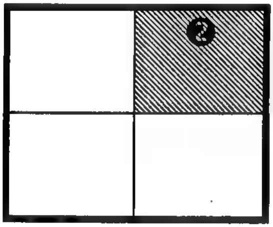
وواضح من خلال الرسم أربعة أنماط من الشباب بالنسبة لدرجة التفـــاعل مع مجتمعهم.



١ـ الشباب الخامل الهادئ

وهو القابع في المربع (١)، الذي يمثـــل أعلـــى درجات التقبل، وأقل درجات الاهتمام.

- يضم هذا النمط الشباب غير المهتم بمتابعة ما يجرى في مجتمعه مـــن أمـــور وقضايا اجتماعية وسياسية.
- فَهُمْ يَتَقَبَّلون وضعهم الراهن، ويعتنقون نفس القيم التي يعتنقها آباؤهم.
- وتنحصر اهتماماتهم ووجهات نشـــاطهم في أمـــور المهنـــة، والنجـــاح، والزواج، والأسرة، والأمن الاقتصادي.



٢ـ الشباب الإيجابي المحافظ

وهو المتحرك في المربع (٢)، الذي يمثل أعلـــى درجات التقبل، مع أعلى درجات الاهتمام.

- ويضم هذا النمط الشباب الذين يتقبَّلون الأوضاع الاجتماعية والسياســـية القائمة في المجتمع.
- ويستغرقون في عملية الإبقاء عليها، مِمَّا يمكن معه إطلاق صفة المحـــافظين عليهم.
- ويتميز هؤلاء الشباب بالنشاط والإيجابية السياســـية، وجـــودة التنظيـــم،

والعمل في حدود الأطُرِ القانونية أو الشرعية؛ للإبقاء على الصيغ والأشكال التقليدية السائدة في المجتمع.

- وتُعْتَبَرُ حرية الفرد واستقلاله الشخصي من الأمور ذات الأهمية، خاصة لدى شباب هذا النمط، على الرغم من وجود تدرج هرمي في ممارسة هذه الحرية وذلك الاستقلال.

- ويميل الشباب المحافظون إلى أن يكونوا أكثر خضوعًا للسلطة.

- كما إنهم يضبطون دوافعهم ومصادر قلقهم بحزم أكبر مِمَّا يقدر عليه زملاؤهم العاديون.

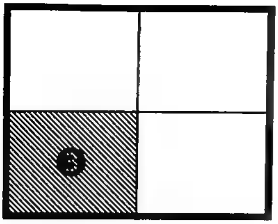
- ويَصِفُ الشبابُ من هذا النمط أنفسهم بأنهم مستقلُّون، بعيدون عن المساومة أو حلول الوسط، متمركِزُون حول ذاتهم، غير تقليديين.

- وتهتم المثل العليا التي تشيع بين شباب هذا النمط بوحدة الشخصية وفرديتها أكثر من اهتمامها بالعلاقات الشخصية المتبادَلَة.

- ويبدو اهتمامهم بالقيم والإنسانية أقل من اهتمام غيرهم.

وقد تبين أن آباء شباب هذا النمط تقليديون، يؤكدون على أهمية الإنجاز وجودة العمل والسلوك. وهم يستخدمون مشاعر الإثم كوسيلة للضبط، ويَعْمَدُون إلى إظهار الغضب والاستياء عندما يصدر من الأبناء ما يَنُمُّ عن تضجرهم أو تبرُّمهم وإحساسهم بالفشل.

٣ـ الشباب المغترب المنسحب



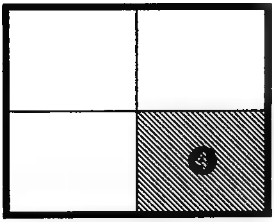
وهم المتواجدون في المربع (٣) الذي يمثل أقل درجات التَّقبل، وأقل درجات الاهتمام.

- يضم هذا النمط الشباب الذين يرفضون القيم الاجتماعية، والمؤسسات القائمة في مجتمعهم.
- ويتبنون لأنفسهم نظامًا قِيَمِيًّا مختلفًا.
- وقد يَعْمَدُون إلى إنشاء تنظيمات تجمعهم وتُعَبِّر عنهم. وينقسم الشباب المغترب إلى فئتين:
- أولها: **فئة الشباب المنسحبين** Disaffiliates ومثلهم جماعات (الهيبيز) Hippies التي ظهرت في ستينيات القرن الماضي، وهم يتخذون موقف الانسحاب تجاه النظام الاجتماعي الذي يعيشون فيه.

والثانية: فئة الشباب المنحرفين Delinquents، وهؤلاء يقاومون النظام الاجتماعي القائم ويحاربونه، ليس بهدف تغييره، بل بهدف أن يوفروا لأنفسهم نوعًا من الإشباع؛ يحتاجون إليه. ويمثلهم البلطجية، والذين يستخدمون العنف في التغيير.

ومصدر الإحساس بالغربة لدى هؤلاء الشباب يتمثَّل في علاقاهم بوالديهم؛ خاصة مع آبائهم الذين يعاملوهم بفتور. ويتمركز اهتمامهم حول مكانة خاصة يسعون إلى تحقيقها لأنفسهم. والخبرات التي تُعَزِّزُ الإحساس بالاغتراب تبدأ دائمًا في محيط الأسرة.

٤ ـ الشباب المبادئ المتفاعل



وهم الذين يحملون أعلى درجات الاهتمـــام، مع أعلى درجات الرفض، ويسكنون المربع (٤).

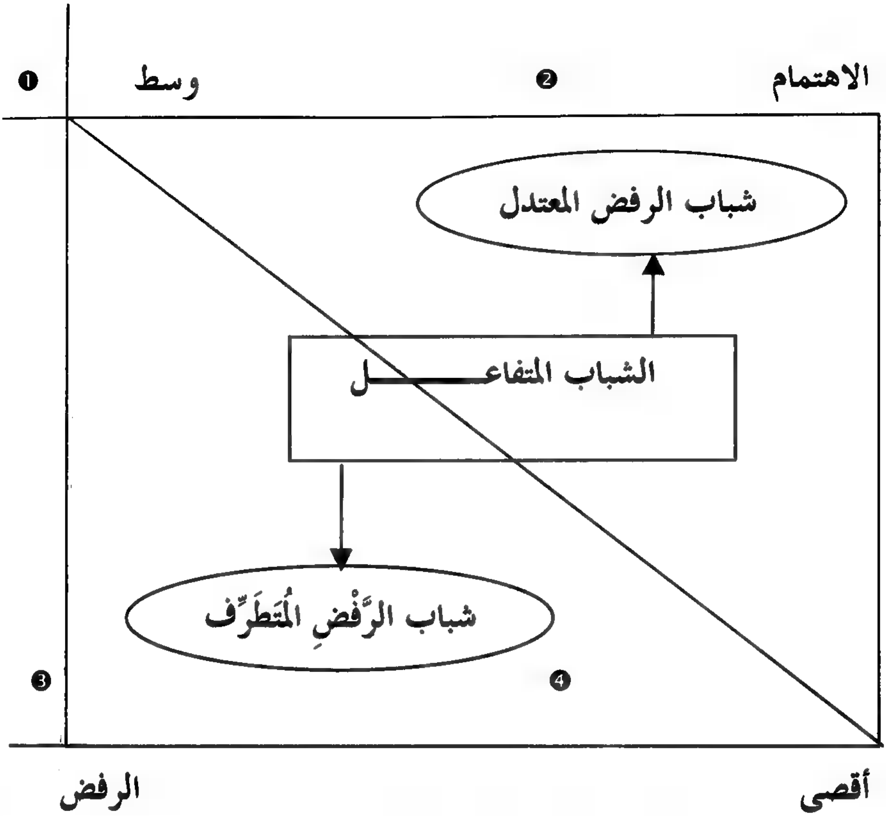
ويضم هذا النمط قطاعين من الشباب:

أولهما: الشباب الذين يهتمون بأمور مجتمعهم، وما يعيشه هذا المجتمــع من أحداث وتطورات.

والثاني: الشباب الذين يرفضون هذا المجتمع.

ويسعى شباب هذا النمط بقطاعيه تجاه تغيير ما لا يرضون عنه في المجتمــع الذي يعيشون فيه. ويكمن الاختلاف بينهما في المنحي المُسْتَخْدَم في تحقيق هــذه الغاية.

ففي الوقت الذي نجد فيه **شباب الرفض المتطرف** يميل إلى اتخـــاذ منحـــي ثوريٍّ متطرِّفٍ أحيانًا؛ لتحقيق وإحداث التغييرات التي يتطلع إليها، يعمل **شبابُ الرَّفْضِ المعتدل** من خلال الأطر والمؤسسات الموجودة في المجتمع لتقويم ما يعتقد أنه خطأ.



وبمراجعة الشكل المرفق نجد أن القطاع المعتدل أقرب إلى النمط المحــافظ (مربع٢)، وكُلَّمَا قَلَّ رفضه كلما أصبح في هذا المربع. والقطـــاع المتطــرف أقرب إلى النمط الْمُغْتَرِب (مربع٣)

وشباب هذا النمط بقطاعيه يتخذ من أسلوب الثورة السلْمِيَّة وسيلة لتغيــير المجتمع، ويرفض في مسعاه إلى تحقيق هذه الغايــــة أعمــال العنــف والقَمْــعِ والقسوة، كما أنه لا يتطلع إلى السلطة كهدف. ويمكن الحديث عن النوعـــين، كلٌ على حِدَة كالآتي:

أ- شباب الرفض المعتدل

يتألّف شباب هذا القطاع من أولئك الشباب الذين يسعون إلى الاشتراك في النشاطات التطوعية كلما وجدوا إلى ذلك سبيلا؛

مثل: مشروعات خدمة البيئة، وبرامج محو الأمية، والتطوع للعمل في المستشفيات، وغير ذلك من نشاطات مماثلة.

وفي الوقت الذي نجد فيه شبابَ هذا القطاع يبدي اهتمامًا بالغًا بكلِّ ما من شأنه تخفيف آلام الإنسان ومتاعبه، وتحقيق آمال هذا الإنسان في عالم أفضل، فهم لا يُقْدِمُون على تَحَدِّي سلطات وهيئات النظام الاجتماعي القائم، كما أنهم لا يعصون الراشدين الذين يتكفّلون بهم، ويعيشون بينهم.

وبينما يعمل الشباب المتطوع على نحو يُؤْثِرُ فيه غيره على نفسه؛ من خلال تفضيل الانخراط في نشاطات تعود بالنفع على غيره بدلا من أن يسعى إلى تدعيم وتعزيز حياته المهنية. فهو يجد في هذه الأعمال التطوعية فُرَصًا متعددّة ومتنوعة لاستكشاف ذاته وتقييمها.

وبينما هو يُكَرِّسُ ولاءه لمبادئ ومُثُلٍ عُلْيًا معينة توجد في المجتمع، فهو يتهيَّأ بهذه الطريقة لتركيز وتأمُّلٍ آخر يتصل بذاته، وينتهي به إلى نوع من الولاء أوسع وأعمق.

خَط التماس

ويمكن القول بعدم وجود خطٍّ قاطعٍ يفصل ما بين شباب الرفض المعتدل، والشباب المتطرف؛ حيث يشترك بعض أفراد النمط الأول فيما يقوم به أفرادُ النمطِ الثاني من نشاط سياسي بهدف الاحتجاج والاعتراض على بعض ما يجري في المجتمع من أحداث وقضايا.

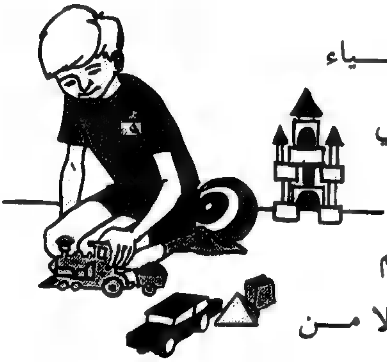
ويبدو أن القاسم المشترك بينهما يَتَمَثّل في ظروف وأساليب من خبرات متماثلة؛ إذ يتميز آباء الفريقين بالتعقُّل والديمقراطية، والنزعة الإنسانية، ويحرص هؤلاء الآباء على تبصير الطفل بماهِيَّة النتائج التي يمكن أن تترتب على سلوكه بالنسبة لذاته، وبالنسبة للأفراد الآخرين. ويشجعونه على أن يستشعر المسؤولية، وأن يكون قادرًا على التأثير فيما يَحْدُثُ له، وفيما يحدث للآخرين.

إن تنشئة الأطفال في مثل هذه الظروف تخلق منهم شبابًا قادرًا وتَوَّاقًا إلى مقاومة السُلْطَة الاستبدادية والزائفة عندما يشتركون في تركيبٍ ما مِنْ تراكيب السلطة الديمقراطية، مع آباء ذوي مستويات تعليم مرتفعة، ويتَّصِفُون بعدم التعصب من الوجهة السياسية. ويتوقع هؤلاء الشباب أن يأتي سلوك الأفراد وتنظيمات المجتمع ومؤسساته على نحو يتطابق مع الحقيقة والمنطق.

(ب) شباب الرفض المتطرف

يُمَثّلُ السعي المتواصل من جانب الفرد لتغيير المجتمع، وإعادة تشكيله. وهم

الشباب الذين يتميزون بالتفتح الشديد للتغيير؛ سواء كان ذلك فيما يتَّصِلُ بالعالم المحيط أو بذواتهم. وهم يرون أن المستقبل مفتوحٌ، ومداه غير محدود، وبالتالي فهم يركِّزون جهدهم في الحاضر، ويتوحَّدون مع نفس جيلهم بدلا من التوحد مع أي واحد مِنَ القادة؛ مِمَّا يُعَزِّزُ إحساسهم بعدم الاتصال، أو الارتباط بالأجيال والأيديولوجيات الأخرى.



ويحاول الشباب المتطرف أن يستوعب الأشياء الغريبة ويحافظ عليها، طالما أن هذه الأشياء تنتمي إلى حاضره، وتتصل به، وتعيش فيه. ويتقبل أفراد هذا النمط مشاعرهم وبواعثهم وأوهامهم الذاتية، ويقيمون نوعًا من التكامل بينهم بدلا من التحايل عليها عن طريق كَبْتِهَا، وإنكارها، أو رفضها.

وهم يتقبَّلون ويحترمون كلَّ أبناء وطوائف الشعب، وتحظى قيمة احترام فردية الفرد، أو شخصيته بأهمية بالغة لدى شباب هذا النمط، ويقصدون بذلك حقَّ الفرد في أن يكون على النحو الذي يريد، ويرى أنه يتفق مع ما لديه من استعدادات وقدرات وإمكانات، وأن يكون الفرد أمينًا مع الآخرين، وأن يسهم في تحقيق عالم يحترمُ الإنسانُ فيه أخيه الإنسان ويرعى حقوقه.

وتَتَطَلَّبُ أهميةُ الفردِ التي يدين بها شبابُ هذا النمطِ أن يقومَ الفرد بدورٍ ما في اتخاذ القرارات التي تَخُصُّه، وتلك التي تَمَسُّ حياته. ويتمتع الحُبُّ والسلام لديهم بقيمة كبرى. وهم كغيرهم من طوائف الشباب المتفاعل يكرهون

الحرب، ويقاومون العنف الشخصي المتبادل، وكلَّ صورِ الاستغلال والسيطرة.

سكت الدكتور فاضل بعد هذا العرض الطويل، فقطع هشامُ السكوتَ منفعلا:

- رائع يا دكتور فاضل، رائع.

بادله الأصدقاء الانفعال نفسه، فقال الدكتور فاضل مبتسمًا:

- نعم؛ هذا عرض جيد لأنماط الشباب الاجتماعية، ولكن للأسف هو ناتجُ جُهْدِ غيرنا (١).

قال أحمد:

- ولكننا اتفقنا أن أيَّ خيرٍ يمكن أن نأخذه من الآخرين.

قال الدكتور فاضل:

- أوافقك يا أحمد، ولكن هذا الجهد ينبع من منهج أرضي اجتهادي، فيه الكثير من الأمور التي تؤخذ عليه.

قاطعه أيمن قائلا:

- ماذا تقصد بغيرنا يا دكتور؟ وماذا تقصد بنا؟

قال الدكتور فاضل متفهِّمًا سؤال أيمن:

- نحن أصحاب المنهج الإلهي الذي **﴿لاَ يَأْتِيهِ الْبَاطِلُ مِن بَيْنِ يَدَيْهِ وَلاَ مِنْ خَلْفِهِ تَنزِيلٌ مِّنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ﴾** (فصلت: ٤٢) أتباع الدستور الذي ينظِّم كلَّ

---

(١) الفكرة عن عالم النفس الأمريكي W. Bolcx .

حياتنا. نعلم أن الله خلقنا، ونعلم أنه يعلم ما في نفوسنا، ويعلم سُبُلَ علاج العِوَجِ فيها ﴿أَلاَ يَعْلَمُ مَنْ خَلَقَ وَهُوَ اللَّطِيفُ الْخَبِيرُ﴾ (الملك: ١٤)

هذا نحن يا أصدقائي، أمَّا غيرنا فهم يرصدون الواقع ويؤصِّلونه، ويبتكرون المصطلحات التي قد تخالف في مضمونها ما عندنا تمامًا.

ولذلك نحن ندعوا إلى قياس كلّ علم إنساني على منهج القرآن؛ لنعرف الخبيث من الطيب.

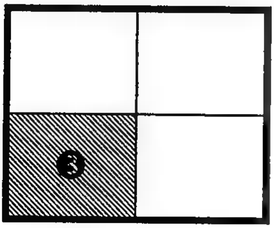
قال محمود في هدوء:

- وما المخالفة في هذا التقسيم؟

قال الدكتور فاضل وهو يمسك لوحه أنماط الشباب:

- إن التقسيم لا خلاف عليه، وهو جهد منضبط، ولكن كل مجتمع يأخذ منه بقدر ما لديه من قيم.

أسألكم سؤالا: **ما هي أسوء أنماط الشباب في هذا التقسيم من وجهة نظركم؟**



نظر الأصدقاء إلى اللوحة، وقالوا كلهم في صوت واحد:

- مربع الاغتراب؛ رقم (٣).

ابتسم الدكتور فاضل وهو يقول بِجِدِّيَّة:

إن الدَّارِسَ لأسباب اغتراب هؤلاء الشباب في تلك المجتمعات يجد أن السبب الرئيسي لاغترابهم وانحرافهم ليس عيبًا في شخصهم فقط، بقدر ما هو نظرتهم إلى مجتمع الكبار؛ حيث انهدام كل أنواع القيم عند هؤلاء الكبار.

لقد وصل المجتمع الغربي في انحداره -في أواخر القرن الماضي- إلى مستوى جعل هؤلاء الشباب يستشعرون تلك الغُرْبَة، والرفض التام للمجتمع، مع عدم وجود حَدٍّ أدنى من الاهتمام، فانقلبوا على المجتمع. وبالطبع هم لا يستطيعون مواجهة المجتمع، فانقلبوا على أنفسهم، بدؤوا تخريب المجتمع من داخلهم[1].

قال هشام:

- هذا دفاع عنهم؟!

قال الدكتور فاضل:

- ليس هذا مقام الدفاع أو إثبات التهمة، إنما السؤال لماذا اتخذوا هذا الجانب من الرفض؟

قال أحمد:

- لأنهم يرفضون الكبار، وبالتالي لن يستمعوا إلى توجيهاتهم.

قال محمود:

- لأنهم آمنوا بأنه لا توجد فائدة؛ (لا مبالاة يعني).

قال أيمن:

- لأنهم لم يجدوا حلا غير هذا.

(١) كما حدث في ثورة الشباب في أوروبا في بداية الستينيات.

ابتسم الدكتور فاضل وهو يقول:

- نعم؛ كل هذا صحيح، ولأنهم يرفضون الكبار، ولأنهم يأسوا من الحل، وبحثوا عن غيره فلم يجدوه فانحرفوا.

والسؤال الآن عن شبابنا إذا حدث لهم ذلك الرفض، هل لديهم حل؟

قال أيمن بسرعة:

- نعم؛ **﴿أَلاَ بِذِكْرِ اللهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ﴾** (الرعد: ٢٨).

ابتسم الدكتور فاضل معبِّرًا عن سعادته من سرعة بديهة أيمن وتجاوبه معه، ونظر إلى باقي الأصدقاء فقال محمود:

- حتى هذه يا دكتور الشباب محروم منها، فأين ذكر الله في المجتمعات حتى تدعوهم إلى اللجوء إليه عندما يستشعرون بالغربة؟!

قال الدكتور فاضل في هدوء:

﴿فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللهُ أَن تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآَصَالِ (٣٧) رِجَالٌ﴾ (النور: ٣٦-٣٧)

قال هشام متهكِّمًا:

- فنصبح متطرفين وإرهابيين.

قال أحمد وهو يغالب ضحكة:

- يعني خرجنا من مراهقين ومنحرفين، إلى متطرفين وإرهابيين. يا سلام!

لم يستطع الجميع أن يمسك نفسه من الضحك، حتى الدكتور فاضل شاركهم ضحكهم، وقال من بين ضحكاته:

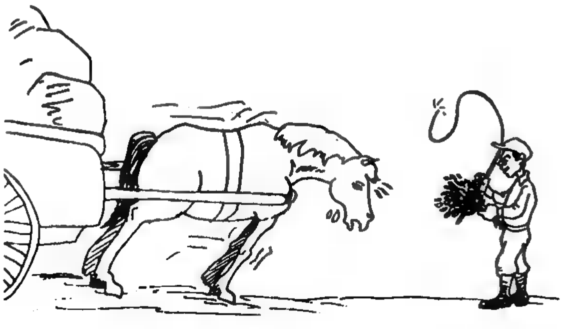
ـ أجمل ما فيكم كشباب ويميزكم التهكم على المصائب، وهذا شيء قد يكون مفيدًا للعلاج.

نعود مرة أخرى إلى أنماط الشباب؛ وخاصة هذا المربع المتفاعل، الذي فصلنا فيه القول من قبل؛ (مربع ٤)

ونلاحظ أن شباب الرفض المعتدل كُلَّمَا زاد من تطرفه في الاهتمام وعدم الرفض، فإنه ينحاز إلى مربع الشباب المحافظ.

قاطعه أحمد قائلا:

ـ أنا أفضِّلُ أن لا يُسَمَّى الشباب المحافظ أو النَّشِط يا دكتور، فهؤلاء يمكن أن نقول عنهم الشباب المروَّض. فما معنى أن تكون مهتمًّا وسائرًا في خطِّ المجتمع، وفيما يمليه عليك الكبار مثل الحصان النشط القوي، ولكنه يَجُرُّ كلَّ ما يُعَلَّقُ في رقبته بلا رفض؟!



هَلَّلَ هشام ومحمود،

وابتسم أيمن، ونظر الدكتور فاضل إلى أحمد بفرح وقال:

- رائع يا أحمد هذا التشبيه، أنت ستصبح طبيبًا أديبًا، ولكن أعترض على تشبيهك هذا يا أحمد.

سكت الجميع من المفاجأة، فأكمل الدكتور فاضل:

- هذا التشبيه يكون صحيحًا عندما تكون قيم المجتمع مخالفة لقيم الفرد ولا يرفضها، بل يفضِّلُ أن يسير في إذْعَانٍ كما قال الشاعر:

مَا ضَرَّنِي أَنْ أَكُونَ مِثْلَ　　　الجُمُوعِ أَسِيرُ فِي إِذْعَان

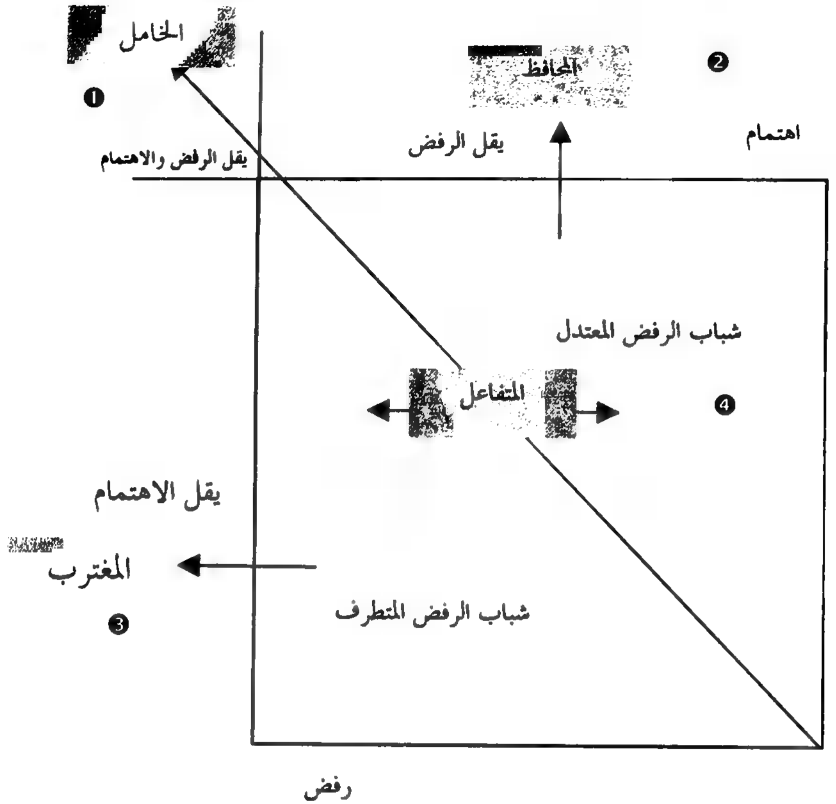
ولكن إذا توافقت عقيدة وقيم الشاب مع المجتمع تراه نشيطًا، قليلَ الرفضِ، منحازًا إلى قيم هذا المجتمع ومشاريعه، منتميًا إليه، واضحَ الهويَّةِ، يسير في منظومته بلا نشاز، فَيَعْلُو الاهتمامُ إلى قِمَّته، ويَقِلُّ الرَّفضُ إلى الصفر.

منْ يأخذ بأيدينا؟

أمَّا إذا حدث انحراف من أحد الاتجاهين، فإما أن يخالف المجتمعُ قيمَ وعقيدةَ الشاب، وإما أن يخالف الشابُّ قيمَ وعقيدةَ المجتمع؛ فتراه يتحول إمَّا إلى المربَّع (١)؛ المربع الأعلى، مربع الخمول والسلبية ثم اللامبالاة. وإمَّا أن يتوجه بزاوية حادة إلى مربع الاغتراب (مربع ٣)، أو تكون عقيدةُ الشابِّ أقوى، وتوجُّهه أسلم، وهناك مَنْ يأخذ بيده فيهاجر إلى مربع التفاعل (مربع ٤)؛ حيث الرفض المعتدل.

قال أحمد وهو منتبه بشدة:

- ومَنْ هؤلاء الذين يأخذون بيده يا دكتور؟



ابتسم الدكتور فاضل وهو ينظر إلى هشام، وهو يحاول ترديد الآية السابقة، فيكملها له أيمن:

﴿ فِي بُيُوتٍ أَذِنَ اللَّهُ أَن تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ (٣٧) رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَن ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ (٣٨) لِيَجْزِيَهُمُ اللَّهُ أَحْسَنَ مَا عَمِلُوا وَيَزِيدَهُم مِّن فَضْلِهِ وَاللَّهُ يَرْزُقُ مَن يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾

(النور: ٣٦-٣٨)

المنهج الواضح

تنفّس الجميع بعمق، وقال محمود وهو يشير إلى التخطيط الذي أمامهم:

- ماذا عن شباب الرفض المتطرف؟

قال الدكتور فاضل:

- نفس الدورة، ولكن تبدأ من مربع الاغتراب؛ حيث الانسحاب أو الانحراف.

فالمنسحبون قد يصلون إلى مستوى الخمول، والمنحرفون قد يبدؤون في الاهتمام الشديد، فيبدؤون في التغيير بالعنف والخشونة، فيدخلون مربع التفاعل ولكن من باب الرفض المتطرف. وقد لا يجد الشباب المتفاعل مَنْ يدله على المنهج السليم الواضح، فيبدأ في نهج سلوك الرفض؛ وذلك من شدة رفضه.

قال أحمد:

- وما هو هذا **المنهج السليم الواضح** يا دكتور؟

قال الدكتور فاضل:

- هو المنهج المتدرج في الآيات القرآنية التالية:

١- ﴿ **إِنَّ اللهَ لاَ يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ** ﴾ (الرعد: ١١)

٢-﴿**قُلْ هَذِهِ سَبِيلِي أَدْعُو إِلَى اللهِ عَلَى بَصِيرَةٍ أَنَا وَمَنِ اتَّبَعَنِي**﴾(يوسف:١٠٨)

٣- ﴿ **ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ**﴾ (النحل: ١٢٥)

قال محمود في سرعة:

– ولكننا لسنا دعاة إلى الإسلام يا دكتور، نحن نريد فقط أن نعيش حياة هادئة مطمئنة، لا نشعر فيها –كما قلت فضيلتكم– بتعارض بين ما نعتقد وما نحب أن تكون عليه حياتنا، وبين ما يجبرنا المجتمع الذي نعيش فيه أن نتوجه إليه.

قال أيمن في سرعة:

– أنا معترض عليك يا محمود؛ فكلٌّ مسلم عليه أن يكون داعيًا إلى الله. والدعوة إلى الله معناها أن أَدُلَّ الناس على الخير، وإذا دَلَلْتُ الناسَ على الخير أصبح المجتمع كله على خير، فأعيش فيه هادئًا نَشِطًا محافظًا متفاعلا.

أراد محمود أن يَرُدَّ، وأراد أحمد أن يتدخَّلَ في النقاش، فأشار الدكتور فاضل إليهما، وقال في هدوء:

– أنا مع محمود فيما قال.

فانتبه الأصدقاء إليه، فأكمل:

– ولا أعترض على كلام أيمن؛ فالمستوى الذي يتحدث فيه أيمن يستدعي أولا أن نَمُرَّ بالمستوى الذي يريده محمود.

فلا بُدَّ أولا أن أكون إنسانًا، أعيش حياة سليمة حتى أستطيع أن أَدُلَّ الناسَ على الخير.

ولقد قصدت المستويين من هذه الآيات الثلاث؛ فالمستوى الأول يدور في

فلك كلمة: ﴿**يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ**﴾، وكلمة: ﴿**عَلَى بَصِيرَةٍ**﴾، وكلمة: ﴿**بِالْحِكْمَةِ وَالْمَوْعِظَةِ الْحَسَنَةِ**﴾

فهذا هو المنهج السليم للتغيير؛ يبدأ من النفس، ويكون على علم وبصيرة، ويكون بالحكمة والموعظة الحسنة. ومن هنا يتكون الإنسان الصالح، فإذا تَمَّ ذلك وتَوَثَّقَ ينتقل إلى الإنسان المُصْلِح من خلال كلمات: ﴿**يُغَيِّرُ**﴾، و﴿**أَدْعُو إِلَى اللهِ**﴾، و﴿**ادْعُ إِلَى سَبِيلِ رَبِّكَ**﴾.

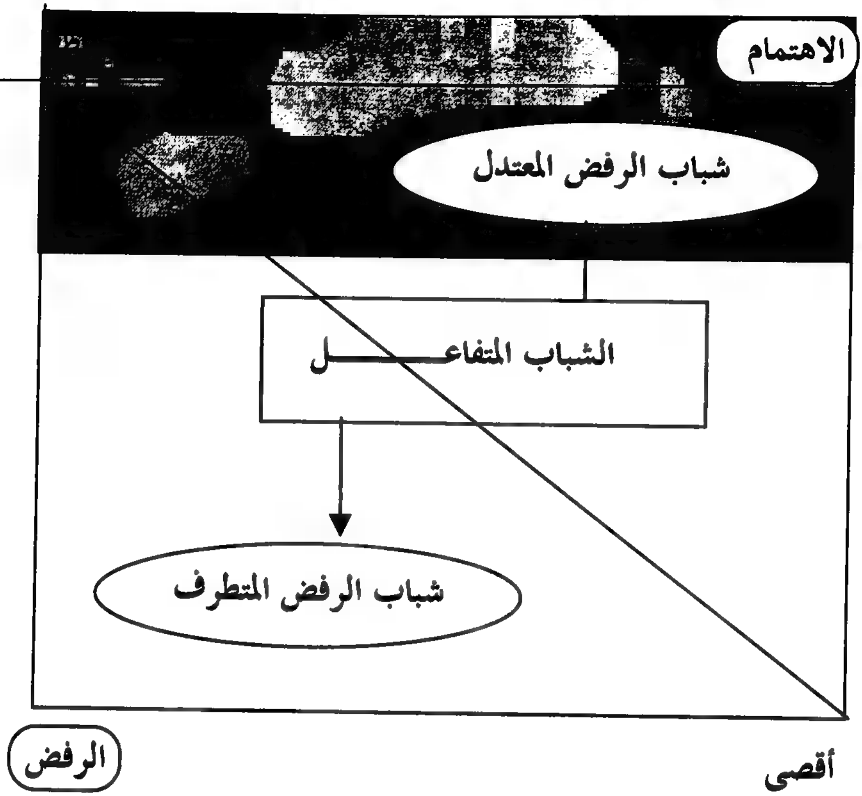
فَقَدَرُ اللهِ في تغيير المجتمع جعل له وسيلة؛ هي الإنسان الصالح المُغَيِّرُ لنفسه، والذي يكون تغييره على منهج الله.

قال هشام وكأنه اكتشف اكتشافًا:

- ولكن يا دكتور هذا النمط الذي تتحدث عنه الآن لا يوجد له مربع في هذه المربعات.

ابتسم الدكتور فاضل، وانتبه الجميع وهم ينظرون إلى الرسم الذي رسم الدكتور فاضل دائرةً فيه وقال:

- إنهم هنا؛ حيث قمة الاهتمام، ووسطية الرفض والقبول.



ثم تلى قوله تعالى: ﴿وَكَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا لِّتَكُونُوا شُــهَدَاءَ عَلَــى النَّاسِ وَيَكُونَ الرَّسُولُ عَلَيْكُمْ شَهِيدًا﴾ (البقرة: ١٤٣)

عندما يستمع الكبار :

واتَّضح من كلام الدكتور فاضل أنه وصل إلى آخر ما يريد توصيله في هــذا اللقاء، فنظر إلى الشباب المنتبه وقد لمعت عيناه بحبٍّ شديد، مِمَّا ألقى في قلوبهــم سكينة ومودة فقال أيمن:

- الحقيقة يا دكتور؛ فرق كبير جِدًّا عندما يستمع الكبار، وعندما يتكلمون فقط.

قال هشام:

- على الأقل نستشعر أن هناك مَنْ يدرك ماذا نريد.

قال أحمد:

- ليس الاستماع فقط، وإنما الحوار والنقاش، والأخذ والرَّدّ.

نظر الدكتور فاضل إلى محمود نظرة ذات معنى، فضحك الأصدقاء، وابتسم الدكتور فاضل، وعَلَّقَ هشام ضاحكًا:

- محمود مستمع مثل الكبار.

ابتسم محمود في حَرَجٍ، فقال الدكتور فاضل:

- سيتكلم عندما نلتقي المرة القادمة -إن شاء الله- حول موضوع (**واجبات الشباب نحو هذا النمو**) فالموضوع ليس كلامًا واستماعًا وحوارًا فقط من أجل الوصول إلى الرشد، وإنما الموضوع يحتاج إلى وثبة شبابية عالية؛ نَعْبُرُ بها الخطَّ الفاصلَ بين المراهقة والرشد. وثبة نقتحم بها أبواب الرشد التي أغلقها المجتمع أمامنا؛ إمَّا لخلل فيه، أو لعدم ثقة فينا.

ابتسم الأصدقاء، ثم انصرفوا

بعد تحية الدكتور فاضل على وعدٍ باللقاء.

حول النمو النفسي
(نمو الشخصية)

قضيتان أساسيتان متعلقتان بالنمو النفسي:

١- تحديد الهوية.

٢- ضبط الانتماء.

- **مسارات البحث عن الهوية** (التلقين، التدريج، الخلط) يُنْتِجُ كلٌّ منها نمطًا مختلفًا من الشباب.

- النجاح في تحديد الهوية يؤدي إلى الانتقال السليم إلى الرشد. والفشل يؤدي إلى الشعور بالاغتراب.

- **منظومة أنماط الشباب تضم أربعة أنماط حسب درجة الاهتمام والتقبل أو الرفض هي:**

١- الشباب الهادئ (الخامل).

٢- الشباب النَّشِط (المحَافِظ).

٣- الشباب المغترب (المنسحب أو المنحرف).

٤- الشباب المتفاعل (المتحرِّر، المُبَادِئ)

- الشباب المتفاعل له اتجاهان:

أ- شباب الرفض المعتدل.

ب- شباب الرفض المتطرف.

- بزيادة أو نقصان درجة الاهتمام أو درجة الرفض ينتقل الشباب من نمط إلى آخر.

- شباب المنهج الصحيح هم الوسط بين قمة الاهتمام، ووسطية الرفض.

الباب الثالث

محطات الوصول

واجبات الشباب

نحو سمات المرحلة السنية

وثبة نحو الرشد

لم يكن لقاء اليوم مثل اللقاءات السابقة؛ فقد احتشد مدرج من مدرجات كلية التربية بمجموعة من الشباب الذين حضروا خصيصًا بدعوة من الأصدقاء الأربعة إلى حضور سلسلة ندوات بعنوان (**وثبة نحو الرشد**) يلقيها الدكتور عبد الرحمن فاضل، أستاذ التربية بالكلية.

كان هذا العنوان الجَذّاب من اختيار محمود، الذي هَنَّأه عليه الدكتور فاضل، ووافق على أن يكون اللقاء بهذا الشكل وكان الأصدقاء في قمة الانشغال والاهتمام؛ وخاصة أن الدعوة كانت عامة، وكان العدد كبيرًا.

عندما دخل الدكتور فاضل قاعة المحاضرة مبتسمًا للطلبة جميعًا كان هناك أربعة منهم يستشعرون قِمَّة الوُدِّ والأُلْفَة والمَحبَّة لذلك الرجل الذي سار معهم رحلة طويلة؛ بدأت من الداخل، وهاهي تصل -كما وعدهم- إلى قرب نهايتها.

جلس الدكتور فاضل وملأ عينيه من الشباب المتحفِّزِ، المتطَلِّع بشوق الراغب بكلِّ إخلاص، الذي ينادي كلَّ المجتمع: **ساعدونا، فنحن للحاضر زاد، وللمستقبل أمل.**

وبعد لحظة صَمْتٍ انطلق في محاضرته التي وضَّح فيها للحاضرين أنهم لكي يصلوا إلى الرشد الحقيقي لا بُدَّ من ثلاثة محاور:

أولا: حتى تكون إنسانًا صالحًا.

ثانيًا: كيف تكون مسلمًا حَقًّا؟

ثالثًا: وثبة نحو النجاح.

وقال الدكتور فاضل:

بتفصيل هذه المحاور الثلاثة نكون قد وضعنا خطة جيِّدة تُحَدِّدُ واجبات كلِّ شاب نحو سمات النمو في مرحلة الشباب أو (بلوغ السعي) كما سَمَّاها القرآن.

ونكون بها قد حَدَّدْنَا طريقنا جيِّدًا، ورسمنا خريطة الوصول إلى محطة الرشد بعد مراهقة دامت عشر سنوات.

إن هذه المحاور الثلاثة لها مُنْطَلَقَات، ولها أهداف.

أمَّا الأهداف فهي:

- علاقة متوافقة مع الذّات.

- واتصــــــال جيد بالله.

- وسير ســــــليم في المجتمع.

وأمَّا المنطلقات فتَتَّضح عند الحديث حول كلِّ محور.

فقد وضع أحد الدعاة في العصر الحديث عشرة صفات بعـــد أن نظـــر إلى حال أمتنا المسلمة ووجد أن بداية إعادة الحياة لها ... وعودة مـــا ضـــاع مـــن مجدها أن يعود الفرد المسلم.. الذي حدد له هذه الصفات العشر الـــتي ســـوف نتناولها هنا من خلال تقسيمها على هذه المحاور الثلاثة لتكون منطلقات الوثبـــة الصحيحة إلى الرشد[1].

([1])هذه الصفات العشرة هي كما رتبها صاحبها:
(قوى الجسم، متين الخلق، مثقف الفكر، قادر على الكسب، سليم العقيدة صحيح العبادة مجـــاهدًا لنفسه، حريصًا على وقته، منظمًا في شئونه، نافعًا لغيره). وأرجو أن أكون بتقسيمها هذا التقســـيم قد وفقني الله تعالى.
أنظر شرح ركن العمل د. على عبد الحليم محمود، دار التوزيع والنشر الإسلامية.

الفصل الأول

1

لابد أن تكون إنسانًا صالحًا

ويمكن رصد منطلقات أربعة لهذا المحور.

فلكي تكون إنسانًا لا بُدَّ أن تكون:

١- قويَّ الجسم.

٢- متينَ الخُلُقِ.

٣- مُثقَّفَ الفِكْرِ.

٤- قادرًا على الكسب.

نعم أنت إنسان بالمفهوم الحيـــوي (البيولوجـــي)، ووظـــائف الأعضـــاء (الفسيولوجي)، والسمات النفسية (السيكولوجي)، ولكن تستطيع أن تتحـــدث عن أيِّ دابة في الأرض من خلال هذه المفاهيم الثلاثة. حتى النبات والجماد يمكن الحديث عنها من خلال هذه المفاهيم الثلاثة (الحيوية، والوظيفية، والنفسية).

ولكن لكي تصبح
إنسانًا يعي بعقله، ويشعر
بقلبه، وينطلق بحواسه لا بُدَّ
أن تنطلق من هذه
المجالات الأربعة.

المجال الأول

أنْ تكون قوي الجسم

في صحيح مسلم قال رسول الله (ﷺ): «**الْمُؤْمِنُ الْقَوِيُّ خَيرٌ وَأَحَبُّ إِلَى اللهِ مِنَ الْمُؤمِنِ الضَّعِيفِ**».

وقوة الجسم لها شِقَّان:

أ- القوة البدنية.

ب- القوة النفسية.

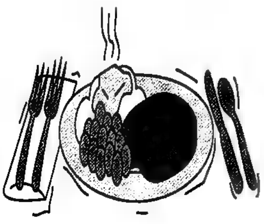
أ- القوة البدنية:

الشاب في هذه المرحلة يصل إلى أعلى مستوى من نمو الجسم والأعضاء والعضلات. فيجب على الشاب أن يلاحظ أموراً ثلاثة لاستكمال هذه القوة:

١- الغذاء.

٢- الرياضة.

٣- التخلص من العادات السيئة.



١- الغذاء

لا بُدَّ للشاب أن يوازن في طعامه. ومن أفضل ما سمعت في هذا الأمر قول أحد خبراء التغذية: إنه لا بُدَّ من وجود ألوان أربعة على كلِّ مائدة؛ وهي: الأبيض، والأحمر، والأخضر، والأصفر.

وتتضح هذه الألوان في تقسيم علماء الغذاء للطعام إلى خمس مجموعات على قسمين؛ كما هو مبين في الجدول:

القسم	المجموعة	الأمثلة
القسم الأول: مواد إنتاج الطاقة	المجموعة الأولى: المواد الكربوهيدراتية	الحبوب الكاملة مثل: القمح، والأرز، أو ما يُسْتَخْرَجُ منها مثل: الدقيق. والسكر، والنباتات التي يخرج منها؛ مثل: القصب والبنجر.
	المجموعة الثانية: المواد الدهنيَّة	وهي الدهون الحيوانية، والزيوت النباتية، وكل ما تصنع منها؛ مثل: القشدة، والسمن النباتي.
	المجموعة الثالثة: المواد البروتينية.	وتشمل لحوم الحيوانات والطيور والأسماك، والبيض. والبقول مثل: الفول، والعدس، والحُمُّص.
القسم الثاني: مواد البناء والترميم والوقاية	المجموعة الرابعة: الفيتامينات.	وهي متوفِّرة أساسًا في الخضراوات الطازجة، والفواكه؛ مثل فيتامين (أ) الموجود في الجزر، وفيتامين (ج) الموجود في البرتقال.
	المجموعة الخامسة: الأملاح المعدنية	مثل الحديد المتوفِّر في الخضراوات؛ مثل: السبانخ، والباذنجان، وفي الكبد. والفسفور والكالسيوم المتوفِّرَيْنِ في منتجات الألبان. وتتوفر مجموعة كبيرة من الأملاح والفيتامينات في الفواكه.
	الماء	فهو أساس الحياة، والعامل المشترك مع جميع الأغذية. ويحتاج الجسم من ٢-٣ لتر ماء يوميًا.

وهكذا بتناول الإنسان مثالا من كلِّ مجموعة يوميًّا يحصل على وجبة جَيِّدة مفيدة.

وينصح الأطباء بعدم الإكثار من الدهون، بعكس الإكثار من الخضار والفاكهة الطازجة، وشرب اللبن.

ونُحَذِّرُ من الوجبات الجاهزة في المحلات؛ لِمَا تحتويه من نسبة عالية من الدهون والكيماويات، مع عدم الاطمئنان إلى سلامتها من ناحية النظافة.

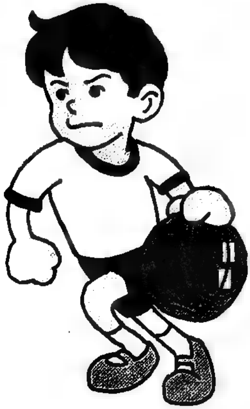
مشكلات التغذية:

وأهم مشكلة تواجه الشاب في هذه المرحلة هي التحكم في وزن الجسم؛ فإمَّا زيادة الوزن (السِّمْنَة)، وإمَّا نقصه (النَّحَافَة).

ويمكن قياس مُعَدَّل الوزن من خلال المعادلة التالية.

الطول − ١٠٠ = الوزن المثالي ± ٥ كجم

٢ـ الرياضة



سِنُّ الشباب هو سِنُّ النشاط والحيوية والرياضة، والكثير من الشباب مشتركون في ألعاب جماعية وفردية، وربما يكونون نجومًا فيها، وهذا شيء جَيِّدٌ ومفيد.

ولكن ندعو كلَّ شاب لا يمارس الرياضة أن يجعل له واجبًا يوميًّا يتمثَّلُ في:

- المشي الرياضي حوالي ساعة يوميًّا.

- تمرينات الإحماء، مع مجموعة تمارين لجميع عضلات الجسم يوميًّا لمدة ربع ساعة.(١)

٣- التخلص من العادات السيئة

وعلى رأسها العادة السرية، والتدخين. أمَّا الأولى فقد أفضنا الحديث فيها(٢).

وأمَّا التدخين:

فيكفي أن يكون السبب الأساسي الذي جعل العلماء يفتون بحرمته هو الضرر الشديد الذي يسبِّبه للجسم.

ولقد اكتشف الأطباء أن السبب الرئيسي للإصابة بأمراض السُّلّ، وسرطان الرئة، والتهابات الحلق، ونخر الأسنان هو التدخين.

كما أن التدخين هو الباب الأول لإدمان المخدرات.

ب- القوة النفسِيَّة.

يمكن رصد ثلاثة عوامل لها:

(١) راجع مجموعة جيدة من التمرينات في كتاب "بين الوقاية والعلاج" الجزء الثاني من كتاب "قوبة الجسم" للمؤلف.

(٢) راجع ما قلناه عنها في هذا الكتاب فصل (النمو الجنسي).

١- كظم الغيظ.

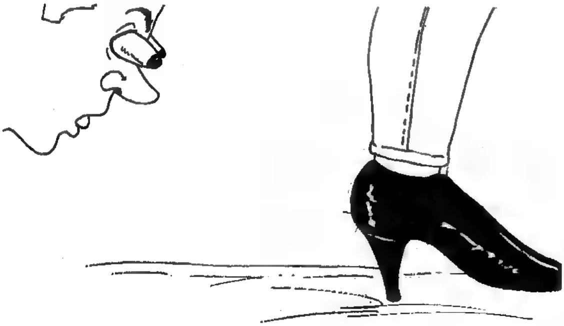
وهو دلالة النضج الانفعالي؛ ولذلك قال الرسول الكريم (ﷺ) في الحديث الذي رواه أبو هريرة: «**لَيْسَ الشَّدِيدُ بِالصُّرَعَةِ؛ إِنَّمَا الشَّدِيدُ الَّذِي يَمْلِكُ نَفْسَهُ عِنْدَ الْغَضَبِ**».

٢- القدرة على الحوار:

فإذا تَعَلَّمَ الشاب آداب الحوار، وعلى رأسها قبول الاختلاف مع الآخرين، والصبر على الاستماع فإنه بذلك يحمي نفسه من أمراض نفسية كثيرة، على رأسها الانطواء أو العنف.

٣- الاستعفاف.

وهو القدرة على التسامي بالغريزة الجنسية، وعدم صرفها فيما يُغْضِب الله؛ بدءا بالنظرة المحرمة، ومرورًا بالاستمناء، ونهاية بالزنا.



وقد بَيَّنَّا وسائله[1]، وعلى رأسها احترام الذات وتقديرها، وغض البصر، والانصراف إلى طاعة الله، والتَّلَذُّذ بعبادته، وصرف الوقت في الهوايات المفيدة.

(١) انظر التفصيل في هذا الكتاب؛ فصل (النمو الجنسي).

نصائح لقوة الجسم

١- عمل كشف دوري عام كل سنة؛ يشمل على تحاليل، وأشعات؛ للاطمئنان المُبَكِّر على الحالة الصحية للجسد.

٢- المسارعة بالعرض على الطبيب عند المرض، والالتزام بالعلاج.

٣- عدم الاعتماد على الصيدلي في وصف العلاج، وعدم الاعتماد على نصائح المجرِّبين في تناول الأدوية، وندعوك إلى رفض المثل القائل: (اسأل مجرب، ولا تسأل طبيب).

٤- عدم الإسراف في استخدام الدواء إلا بتوجيه الطبيب.

٥- استعمال السِّوَاك وفرشاة الأسنان ثلاث مرات يوميًّا على الأقل.

٦- الالتزام بآداب الإسلام في الطعام، والنوم، والعلاقات.

٧- التَّعَوُّد على صيام يومين من كلِّ أسبوع، أو ثلاثة كل شهر، والإفطار على طعام خفيف غير ثقيل.

٨- القيام قبل صلاة الفجر؛ ففي ذلك فوائد صحية كثيرة، وخاصة للجهاز التنفسي؛ لوجود نسبة عالية من الأوزون في الجوِّ.

٩- لا تهمل وجبة الإفطار، وقَلِّلْ في وجبة العشاء.

١٠- عدم الإسراف في شرب الشاي والقهوة.

المجال الثاني

أن تكون متين الخلق

الشاب في هذه المرحلة تكون لديه مجموعة ثوابت أخلاقية يجب أن ينتمي إليها، ولكن العجيب أن نجد الشابَ يُصِرُّ مثلا على الصدق وأداء الأمانات، مع أنه غير منضبط في علاقته مع الجنس الآخر.

أو تجد الشاب شجاعًا أو وَفِيًّا، إلا أنه بذئ اللسان، لا حياء له.

والأخلاق الحميدة هي عِمَادُ الحياة، بل هي قِوَامُ الدِّين.

روى أحمد عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): **«إِنَّمَا بُعِثْتُ لأُتَمِّمَ صَالِحَ الأَخْلاقِ»**.

ونقف أمام هذا الحديث في دهشة شديدة، وكأن الحبيب المصطفى (ﷺ) يَحْصِرُ لنا دعوته كلها -التي جاءت رحمة للعالمين، وهداية ونجاة للبشرية كافة- في هدف واحد؛ وهو إتمام بناء الأخلاق الجميل، وتزيينه للناظرين.

وعندما يمدحه ربه -سبحانه وتعالى-، ويعلي من شأنه إلى أعلى مرتبة يقول: ﴿**وَإِنَّكَ لَعَلَى خُلُقٍ عَظِيمٍ**﴾ (القلم: ٤)

وعندما يسأله صاحبه -النواس بن سمعان- عن البر والإثم تجده (ﷺ) يجعل البرَّ مرادفًا لحُسْنِ الخُلُقِ.

روى مسلم عَنِ النَّوَّاسِ بْنِ سِمْعَانَ الأَنْصَارِيِّ قَالَ: سَأَلْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) عَنِ الْبِرِّ وَالإِثْمِ فَقَالَ: **«الْبِرُّ حُسْنُ الْخُلُقِ، وَالإِثْمُ مَا حَاكَ فِي صَدْرِكَ، وَكَرِهْتَ أَنْ يَطَّلِعَ عَلَيْهِ النَّاسُ»**.

وعندما يرى (ﷺ) شوق الصحابة حوله إلى الجنة، بل والى مجاورته فيها تجده يخبرهم أن الطريق المُوصِّلَ إلى ذلك مُمَهَّدٌ بحُسْنِ الخُلُقِ.

روى الترمذي عَنْ جَابِرٍ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) قَالَ: **«إِنَّ مِنْ أَحَبِّكُمْ إِلَيَّ وَأَقْرَبِكُمْ مِنِّي مَجْلِسًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَحَاسِنَكُمْ أَخْلاقًا، وَإِنَّ أَبْغَضَكُمْ إِلَيَّ وَأَبْعَدَكُمْ مِنِّي مَجْلِسًا يَوْمَ الْقِيَامَةِ الثَّرْثَارُونَ وَالْمُتَشَدِّقُونَ وَالْمُتَفَيْهِقُونَ»**. قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ: قَدْ عَلِمْنَا الثَّرْثَارُونَ وَالْمُتَشَدِّقُونَ، فَمَا الْمُتَفَيْهِقُونَ؟ قَالَ: **« الْمُتَكَبِّرُونَ»**.

وَالثَّرْثَارُ: هُوَ كَثِيرُ الْكَلامِ.

وَالْمُتَشَدِّقُ: الَّذِي يَتَطَاوَلُ عَلَى النَّاسِ فِي الْكَلامِ، وَيَبْذُو عَلَيْهِمْ.

وعندما يكون ذلك كله، فهل يحتاج الإنسان إلى دليل على موقع حُسْنِ الخُلُقِ وخطورته في هذه الحياة؟

إن الله -تعالى- أراد لهذا الكون العمار، وجعل الإنسان خليفته في أرضه، وجعل التعامل بين البشر قائمًا على قواعد متينة من حسن الخلق. ولذلك كان نبيه الخاتم (ﷺ) لا يَمَلُّ أن ينادي في الناس: **« إِنَّ مِنْ خِيَارِكُمْ أَحَاسِنَكُمْ أَخْلاقًا»**.[1]

(١) رواه البخاري كتاب (الأدب) حديث رقم (٦٠٣٥).

روى الترمذي عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ أَنَّ النَّبِيَّ (ﷺ) قَالَ: « **مَا شَيْءٌ أَثْقَلُ فِي مِيزَانِ الْمُؤْمِنِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِ ْ خُلُقٍ حَسَنٍ، وَإِنَّ اللَّهَ لَيُبْغِضُ الْفَاحِشَ الْبَذِيءَ**».

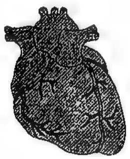
وإذا أردنا أن نُبيِّنَ الأخلاق التي لا بُدَّ أن يلتزمَ بها الشاب حتى يكون متينَ الخُلُقِ نجد أن كلَّ عضو من جسده عليه خُلُق سلبي، وآخر إيجابي.

فالعين من خلقها غض البصر، ومن خلقها النظر إلى ملكوت الله.

والأذن من خلقها عدم سماع الباطل، وحفظ السر، وعدم التجسس، وسماع الخير.

واللسان من خلقه الصدق والصمت، ومن أخلاقه أن يتجنب الآفات؛ ومنها الغيبة والنميمة والكذب والفحش والبذاءة واللعن.

والفم من أخلاقه أكل الحلال، وعدم الإسراف في الطعام والشراب.



والقلب أخلاقه متعددة، وإذا صلح القلب صلح الجسد كله. يقول النبي (ﷺ): «**أَلا وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً، إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ؛ أَلا وَهِيَ الْقَلْبُ**».(١)

فمن الأخلاق التي يجب على القلب أن يلتزم بها التواضع والحلم والرحمة والصبر، والخوف من الله، والرجاء في الله، والشجاعة والعزة. ومن الأخلاق التي

---

(١) رواه البخاري كتاب (الإيمان) حديث رقم (٥٢).

يجب على القلب أن يتجنبها: الحقد والحسد والعُجْب والغرور والكِبْر والريــاء والنفاق، وهكذا كل أعضاء الجسد.

أخلاق النفاق

إنها خمسة من الأخلاق الذميمة، بقدر تواجدها في الإنسان يكون منافقًا.

روى البخاري عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، عَنِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَــالَ: « **آيَــةُ الْمُنَــافِقِ ثَلاثٌ: إِذَا حَدَّثَ كَذَبَ، وَإِذَا وَعَدَ أَخْلَفَ، وَإِذَا اؤْتُمِنَ خَانَ**».

وفي رواية عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو أَنَّ النَّبِيَّ (ﷺ) قَالَ:« **أَرْبَــعٌ مَــنْ كُــنَّ فِيهِ كَانَ مُنَافِقًا خَالِصًا، وَمَنْ كَانَتْ فِيهِ خَصْلَةٌ مِنْهُنَّ كَانَتْ فِيهِ خَصْلَــةٌ مِــنَ النِّفَاقِ حَتَّى يَدَعَهَا: إِذَا اؤْتُمِنَ خَانَ، وَإِذَا حَدَّثَ كَذَبَ، وَإِذَا عَاهَدَ غَــدَرَ، وَإِذَا خَاصَمَ فَجَرَ**».

وفي رواية أخرى لمسلم: « **وَإِنْ صَامَ وَصَلَّى وَزَعَمَ أَنَّهُ مُسْلِمٌ**» .

وهكذا فإنه قد يكون هناك منافقًا كاملا، أو أربعة أخماس منافق، أو ثلاثة أخماس، أو خمسين، أو خمس منافق، حسب ما فيه من هذه الصفات الخمس.

إذا حَدَّث كذب؛ أي كذب في الحديث.
إذا وعد أخلف؛ أي أخلف الوعد.
إذا أؤتمن خان؛ أي خيانة الأمانة.
إذا عاهد غدر؛ أي الغدر في العهد.
إذا خاصم فجر؛ أي الفجر عند الخصومة.

ولا ننسى قول الله -عز وجل-: ﴿إِنَّ الْمُنَافِقِينَ فِي الدَّرْكِ الأَسْفَلِ مِنَ النَّارِ﴾ (النساء: ١٤٥)

القدوة :

ولن نَمَلَّ من تكرار هذا المعنى الرائع: أن نجعل لنا قدوة معصومة نتبعها، فلو قَلَّدَ الناس الشرق والغرب، وساروا خلف هذا وذاك، وابتغوا هذه وتلك من المبادئ والقيم، فإننا خلف الحبيب المصطفى (ﷺ) سائرون. ولِمَ لا والله -سبحانه وتعالى- يقول: ﴿لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَنْ كَانَ يَرْجُو اللهَ وَالْيَوْمَ الآخِرَ وَذَكَرَ اللهَ كَثِيرًا﴾ (الأحزاب: ٢١)

روى البخاري عن أَنَسٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: « خَدَمْتُ النَّبِيَّ (ﷺ) عَشْرَ سِنِينَ، فَمَا قَالَ لِي أُفٍّ، وَلا لِمَ صَنَعْتَ، وَلا أَلا صَنَعْتَ».

وروى البخاري في بدء الوحي أن رسول (ﷺ) عندما أَخْبَرَهَا - أي خديجة- الْخَبَرَ قال: «لَقَدْ خَشِيتُ عَلَى نَفْسِي» فَقَالَتْ خَدِيجَةُ: « كَلا وَاللَّهِ

مَا يُخْزِيكَ اللَّهُ أَبَدًا؛ إِنَّكَ لَتَصِلُ الرَّحِمَ، وَتَحْمِلُ الْكَلَّ، وَتَكْسِبُ الْمَعْدُومَ، وَتَقْرِي الضَّيْفَ، وَتُعِينُ عَلَى نَوَائِبِ الْحَقِّ».

وروى -أيضًا- عَنْ عَطَاءِ بْنِ يَسَارٍ قَالَ: لَقِيتُ عَبْدَ اللَّهِ بْنَ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قُلْتُ: « أَخْبِرْنِي عَنْ صِفَةِ رَسُولِ اللَّهِ (ﷺ) فِي التَّوْرَاةِ، قَالَ: أَجَلْ، وَاللَّهِ إِنَّهُ لَمَوْصُوفٌ فِي التَّوْرَاةِ بِبَعْضِ صِفَتِهِ فِي الْقُرْآنِ ﴿**يَا أَيُّهَا النَّبِيُّ إِنَّا أَرْسَلْنَاكَ شَاهِدًا وَمُبَشِّرًا وَنَذِيرًا**﴾ وَحِرْزًا لِلأُمِّيِّينَ، أَنْتَ عَبْدِي وَرَسُولِي، سَمَّيْتُكَ المتَوَكِّلَ. **لَيْسَ بِفَظٍّ وَلا غَلِيظٍ، وَلا سَخَّابٍ فِي الأَسْوَاقِ، وَلا يَدْفَعُ بِالسَّيِّئَةِ السَّيِّئَةَ، وَلَكِنْ يَعْفُو وَيَغْفِرُ**. وَلَنْ يَقْبِضَهُ اللَّهُ حَتَّى يُقِيمَ بِهِ الْمِلَّةَ الْعَوْجَاءَ، بِأَنْ يَقُولُوا: لا إِلَهَ إِلاَّ اللَّهُ، وَيَفْتَحُ بِهَا أَعْيُنًا عُمْيًا، وَآذَانًا صُمًّا، وَقُلُوبًا غُلْفًا».

وروى البخاري -أيضًا- عَنْ أَنَسٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: كَانَ النَّبِيُّ (ﷺ) أَحْسَنَ النَّاسِ، وَأَشْجَعَ النَّاسِ، وَلَقَدْ فَزِعَ أَهْلُ الْمَدِينَةِ لَيْلَةً فَخَرَجُوا نَحْوَ الصَّوْتِ، فَاسْتَقْبَلَهُمُ النَّبِيُّ (ﷺ) وَقَدِ اسْتَبْرَأَ الْخَبَرَ، وَهُوَ عَلَى فَرَسٍ لأَبِي طَلْحَةَ عُرْيٍ، وَفِي عُنُقِهِ السَّيْفُ وَهُوَ يَقُولُ: « **لَمْ تُرَاعُوا، لَمْ تُرَاعُوا، ثُمَّ قَالَ: وَجَدْنَاهُ بَحْرًا، أَوْ قَالَ: إِنَّهُ لَبَحْرٌ**». يعني فرسه.

روى البخاري عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: « مَا عَابَ النَّبِيُّ (ﷺ) طَعَامًا قَطُّ؛ إِنِ اشْتَهَاهُ أَكَلَهُ، وَإِلاَّ تَرَكَهُ».

وروى البخاري عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: لَمْ يَكُنِ النَّبِيُّ (ﷺ) سَبَّابًا وَلا فَحَّاشًا، وَلا لَعَّانًا. كَانَ يَقُولُ لأَحَدِنَا عِنْدَ الْمَعْتِبَةِ: « **مَا لَهُ تَرِبَ**

جَبِينُهُ».

وروى مسلم عَنْ هِشَامِ بْنِ عامرٍ أَنَّه سَأَلَ عَائِشَةَ -رَضِيَ اللهُ عَنْهَا- قَالَ: «يَا أُمَّ الْمُؤْمِنِينَ: أَنْبِئِينِي عَنْ خُلُقِ رَسُولِ اللَّهِ (ﷺ) قَالَتْ: أَلَيْسَ تَقْرَأُ الْقُرْآنَ؟ قَالَ: قُلْتُ: بَلَى، قَالَتْ: فَإِنَّ خُلُقَ نَبِيِّ اللَّهِ (ﷺ) الْقُرْآنُ».

وروى -أيضًا- عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: « مَا ضَرَبَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ) شَيْئًا قَطُّ بِيَدِهِ، وَلا امْرَأَةً، وَلا خَادِمًا إِلاَّ أَنْ يُجَاهِدَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ. وَمَا نِيلَ مِنْهُ شَيْءٌ قَطُّ فَيَنْتَقِمَ مِنْ صَاحِبِهِ، إِلاَّ أَنْ يُنْتَهَكَ شَيْءٌ مِنْ مَحَارِمِ اللَّهِ، فَيَنْتَقِمَ لِلَّهِ -عَزَّ وَجَلَّ-».

وروى البخاريُّ عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ- قَالَ: « كُنْتُ أَمْشِي مَعَ النَّبِيِّ (ﷺ) وَعَلَيْهِ بُرْدٌ نَجْرَانِيٌّ غَلِيظُ الْحَاشِيَةِ، فَأَدْرَكَهُ أَعْرَابِيٌّ فَجَذَبَهُ جَذْبَةً شَدِيدَةً حَتَّى نَظَرْتُ إِلَى صَفْحَةِ عَاتِقِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَدْ أَثَّرَتْ بِهِ حَاشِيَةُ الرِّدَاءِ مِنْ شِدَّةِ جَذْبَتِهِ، ثُمَّ قَالَ: مُرْ لِي مِنْ مَالِ اللَّهِ الَّذِي عِنْدَكَ، فَالْتَفَتَ إِلَيْهِ فَضَحِكَ، ثُمَّ أَمَرَ لَهُ بِعَطَاءٍ».

وروى مُسْلِمُ عَنْ عَائِشَةَ زَوْجِ النَّبِيِّ (ﷺ) أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) قَالَ: « يَا عَائِشَةُ: **إِنَّ اللَّهَ رَفِيقٌ يُحِبُّ الرِّفْقَ، وَيُعْطِي عَلَى الرِّفْقِ مَا لا يُعْطِي عَلَى الْعُنْفِ، وَمَا لا يُعْطِي عَلَى مَا سِوَاهُ».**

وكان يركب الحمار ويُرْدِفُ خلفه، ويعود المساكين (أي يزورهم حين يمرضون) ويجلس بين أصحابه مختلطًا بهم، وحيثما انتهى به المجلس جلس.

وكان دائمَ البِشْرِ، سَهْلَ الطِّبَاعِ، لَيِّنَ الجانب، ليس بفظٍ ولا غليظ، ولا سخَّاب، ولا فحَّاش، ولا عتَّاب، ولا مدَّاح. يتغافل عمَّا لا يشتهي ولا يقنط منه(ﷺ).

روى البخاري عن جرير بن عبد الله -رضى الله عنه- أنه قال: « مَا حَجَبَنِي النَّبِيُّ (ﷺ) مُنْذُ أَسْلَمْتُ وَلا رَآنِي إِلا تَبَسَّمَ ».

وروى أيضًا أن عَائِشَةَ -رضى الله عنها - سُئلت مَا كَانَ النَّبِيُّ (ﷺ) يَصْنَعُ فِي بَيْتِهِ قَالَتْ كَانَ يَكُونُ فِي مِهْنَةِ أَهْلِهِ تَعْنِي خِدْمَةَ أَهْلِهِ فَإِذَا حَضَرَتِ الصَّلاةُ خَرَجَ إِلَى الصَّلاةِ ».

وروى الترمذي عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ الْحَارِثِ أنه قَال: « مَا رَأَيْتُ أَحَدًا أَكْثَرَ تَبَسُّمًا مِنْ رَسُولِ اللَّهِ (ﷺ)».

وهكذا كان خلقه (ﷺ)، وهكذا هي القدوة التي ندعوكم أن تقتدوا بها، فهل يخالف عاقل على أنها خير قدوة؟

الخلق إيمان

إن الإسلام لم يحث على حسن الخلق فحسب، بل بَيَّنَ أن ضعفَ الخُلُقِ دليل على ضعف الإيمان.

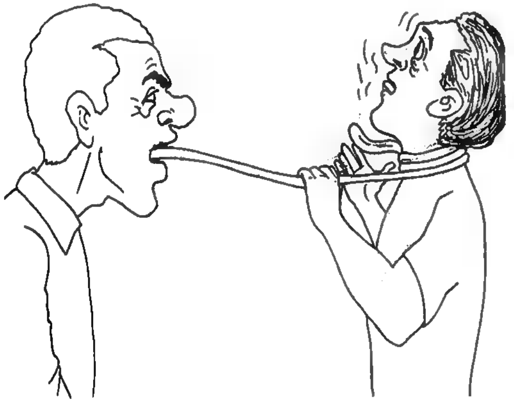
روى البخاريُّ عَنْ أَبِي شُرَيْحٍ أَنَّ النَّبِيَّ (ﷺ) قَالَ: « **وَاللَّهِ لا يُؤْمِنُ، وَاللَّهِ لا يُؤْمِنُ، وَاللَّهِ لا يُؤْمِنُ**» قِيلَ: وَمَنْ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ قَالَ: « **الَّذِي لا يَأْمَنُ جَارُهُ بَوَايِقَهُ**» (بوايقه: أي شروره).

والنبي (ﷺ) يربط دائمًا بين الأخلاق والإيمان.

رَوَى البخاريُّ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ):« **مَنْ كَانَ يُؤْمِنُ باللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ فَلا يُؤْذِ جَارَهُ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ باللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ فَلْيُكْرِمْ ضَيْفَهُ، وَمَنْ كَانَ يُؤْمِنُ باللَّهِ وَالْيَوْمِ الآخِرِ فَلْيَقُلْ خَيْرًا أَوْ لِيَصْمُتْ**».

أرأيتم أيها الشباب كيف كان (ﷺ) حَسَنَ الخُلُقِ؟ ورأيتم موقع حسن الخلق من دينكم؟ وعلمتم الآن أن رسالة الإسلام ما هي إلا دعوة إلى حسن الخلق، والعزة والكرامة؟

هي في النار



انظروا إلى هذه العابدة المستزيدة من الصلاة والصيام والذكر، كيف تكون في النار؟!

رَوَى أَحْمَدُ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ: إِنَّ فُلانَةَ يُذْكَرُ مِنْ كَثْرَةِ صَلاتِهَا وَصِيَامِهَا وَصَدَقَتِهَا، غَيْرَ أَنَّهَا تُؤْذِي جِيرَانَهَا بِلِسَانِهَا. قَالَ: « **هِيَ فِي النَّارِ**».

قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ: فَإِنَّ فُلانَةَ يُذْكَرُ مِنْ قِلَّةِ صِيَامِهَا وَصَدَقَتِهَا وَصَلاتِهَا، وَإِنَّهَا تَصَدَّقُ بِالأَثْوَارِ مِنَ الأَقِطِ، وَلا تُؤْذِي جِيرَانَهَا بِلِسَانِهَا. قَالَ: « **هِيَ فِي الْجَنَّةِ**».

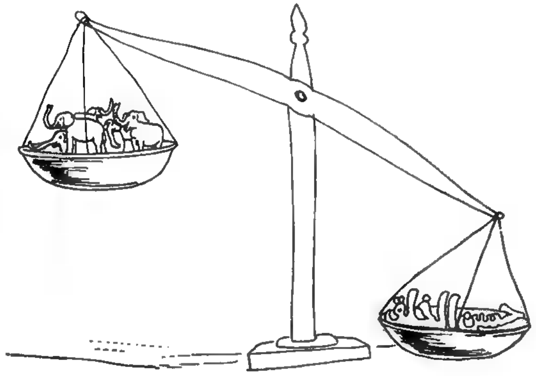
ولذلك فقد رَوَى الترمذيُّ عَنْ أُمِّ الدَّرْدَاءِ أَنَّ أَبَا الدَّرْدَاءِ قَالَ: سَمِعْتُ

النَّبيَّ (ﷺ) يَقُولُ: « **مَا مِنْ شَيْءٍ يُوضَعُ فِي الْمِيزَانِ أَثْقَلُ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ، وَإِنَّ صَاحِبَ حُسْنِ الْخُلُقِ لَيَبْلُغُ بِهِ دَرَجَةَ صَاحِبِ الصَّوْمِ وَالصَّلَاةِ**».

بل إن كمال الإيمان وزينته تكون بجواهر ولآلئ حُسْنِ الخُلُقِ:

رَوَى الترمذيُّ عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ):« **إِنَّ مِنْ أَكْمَلِ الْمُؤْمِنِينَ إِيمَانًا أَحْسَنُهُمْ خُلُقًا، وَأَلْطَفُهُمْ بِأَهْلِهِ** ».

مفاتيح الجنة



ألا تصدِّقون الآن أن مفاتيح أبواب الجنة حُسْنُ الخُلُقِ؟! اسمعوا إذًا إلى الحبيب المصطفى (ﷺ) وهو يجيب عن سائل يسأل عن أكثر ما يُدْخِلُ الناس الجنة.

رَوَى الترمذيُّ عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: سُئِلَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ) عَنْ أَكْثَرِ مَا يُدْخِلُ النَّاسَ الْجَنَّةَ، فَقَالَ: « **تَقْوَى اللَّهِ، وَحُسْنُ الْخُلُقِ**». وَسُئِلَ عَنْ أَكْثَرِ مَا يُدْخِلُ النَّاسَ النَّارَ، فَقَالَ: « **الْفَمُ وَالْفَرْجُ**».

بل إن بيوت الجنة تختار أصحابها حسب ارتقاء أخلاقهم؛ فالبيوت العالية لأصحاب الأخلاق العالية، وكلما ارتقى الخلق ارتقت البيوت.

رَوَى أبو داودَ عَنْ أَبِي أُمَامَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ):« **أَنَا زَعِيمٌ بِبَيْتٍ**

فِي رَبَضِ الْجَنَّةِ لِمَنْ تَرَكَ الْمِرَاءَ وَإِنْ كَانَ مُحِقًّا، وَبِبَيْتٍ فِي وَسَطِ الْجَنَّةِ لِمَنْ تَرَكَ الْكَذِبَ وَإِنْ كَانَ مَازِحًا، وَبِبَيْتٍ فِي أَعْلَى الْجَنَّةِ لِمَنْ حَسَّنَ خُلُقَهُ» (١)

فجعل البيت العلوي جزاءً لأعلى المقامات الثلاثة؛ وهي: حسن الخلق، والأوسط لأوسطها وهو ترك الكذب، والأدنى وهو ما حول الجنة لأدناها؛ وهو ترك المماراة -الجدل-، وإن كان معه حق، ولا ريب أن حسن الخلق مشتمل على هذا كله.

قال الدكتوُر فاضل مُخْتَتِمًا هذه النقطة الجميلة النَّدِيَّة:

(١) ربض الجنة: أي حولها، وتحت أسوارها.

(٢) أرشِّحُ للقراءة في مجال (متانة الخلق) كتاب: (خلق المسلم) للشيخ محمد الغزالي -رحمه الله-، بجانب كتاب: (متينة الخلق) في سلسلة: (المرأة وإدارة الذات) بأجزائه الأربعة، والموجَّهة إلى الفتاة المسلمة للمؤلف.

المجال الثالث

أن تكون مثقف الفكر

إن أمَّةً كانت أول كلمة من كتابها التي تعبد الله به هي: ﴿اقْرَأْ بِاسْمِ رَبِّكَ الَّذِي خَلَقَ﴾ (العلق: ١)، وعندما يقسم سبحانه وتعالى بحروف الكتابة، وأدوات الكتابة، وعملية الكتابة ﴿ن وَالْقَلَمِ وَمَا يَسْطُرُونَ﴾ (القلم: ١).

بل ويجعل الإسلام العلم فرضًا كأيِّ فرض.

عَنْ أَنسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ». ويقول: «اطلبوا العلمَ ولو في الصينِ».

كل هذا ونسبة الأمِيَّة تصل في بعض بلادنا إلى أكثر من ٨٠% ، كل هذا ومظاهر الأمِيَّة –غير أمية القراءة والكتابة– الأمية التاريخية، والأمية العلمية، والأمية الأدبية منتشرة في حياتنا، وبين شبابنا. والطامة الكبرى انتشار الأمية الدينية في حياة الشباب علمًا وعملا.

في امتحانات التقدُّم للوظائف التي تحتاج قدرًا مِنَ الثقافة؛ مثل: المذيعين، والمرشحين للوظائف في وزارة الخارجية تظهر النتائج (لم ينجح أحد). وفي المسابقات البسيطة التي يعرضها التليفزيون لا نجد لأبسط الأسئلة أجوبة!

إن الشباب لا يقرأ، وإن قرأ فماذا يقرأ؟

أقول لكم

حتى تصل إلى محطة المراهقة، وتصل إلى أبواب الرشد لا بُدَّ أن تكون إنسانًا مثقَّفَ الفِكْرِ.

والثقافة هي نتيجة علاقة الفرد بالبيئة مِنْ حوله، والتي تُوَلِّد مجموعة معارف لديه.

والفكر هو نشاط العقل من تحليل وتركيب وتنسيق بعد جمع المعارف.

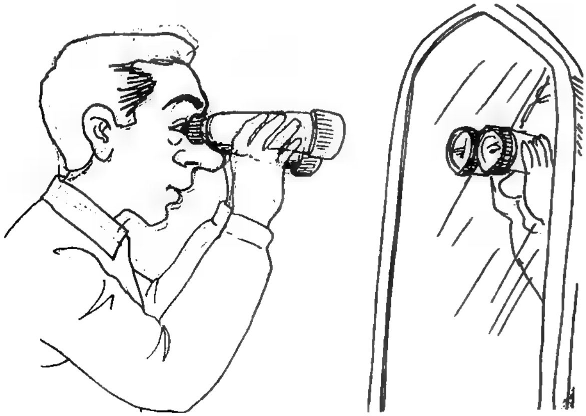
فالثقافة وحدها لا تكفي؛ وإنما لا بُدَّ من ثقافة الفكر التي هي المردود العملي لتلك الثقافة.

وإذا أردنا أن نحصر لكم معشر الشباب مجموعة الجوانب التي عليكم أن تتزودوا بها لتكونوا مثقفي الفكر نقول:

١- اعرف نفسك.

يقول الله -تعالى-: ﴿وَفِي أَنْفُسِكُمْ أَفَلاَ تُبْصِرُونَ﴾ (الذاريات: ٢١)

ومن المُسَلَّمَاتِ أن الإنسان عدو ما يجهل؛ فعليك أن تتزود بالعلم



حول بعض جوانب نفسك؛ حتى لا تصبح عدواً لها، ومن ذلك:

أ- القراءة في سمات المراحل السنية المختلفة؛ الطفولة، والبلوغ، والمراهقة، والشباب، والرشد.[١]

ب- القراءة حول تركيب أجهزة الجسم المختلفة، وبعض ما تحتاجه من اهتمام ورعاية، واكتشاف مُبَكِّر لِمَا قد يصيبها من أمراض.

جـ- القراءة حول مهارات (إدارة الذات)؛ لاكتساب القدرة على ضبط النفس، والارتقاء بها إلى الأفضل.

٢- اعرف دينك.

يقول الله -تعالى-: ﴿إِنَّ الدِّينَ عِنْدَ اللهِ الإِسْلامُ﴾(آل عمران: ١٩)

ويُبَيِّنُ سبحانه وتعالى أن الإيمان والدين لا بُدَّ أن يقوما على العلم؛ يقول تعالى: ﴿فَاعْلَمْ أَنَّهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنبِكَ﴾ (محمد: ١٩) ولذلك يقول العلماء: «العلم واجب قبل القول والعمل» .

ولذلك كان العلم مقدَّمًا في عقول الأمة على العبادة:

روى الترمذي عَنْ أَبِي أُمَامَةَ الْبَاهِلِيِّ قَالَ: ذُكِرَ لِرَسُولِ اللَّهِ (ﷺ) رَجُلاَنِ أَحَدُهُمَا عَابِدٌ وَالآخَرُ عَالِمٌ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): **«فَضْلُ الْعَالِمِ عَلَى الْعَابِدِ كَفَضْلِي عَلَى أَدْنَاكُمْ»**

ولذلك تجدهم يقدِّمون العلم على النوافل من العبادات.

---

(١) راجع سلسلة: (أولادنا) للمؤلف (بلوغ بلا خجل)، (مراهقة بلا أزمة). وهذا الكتاب.

يقول سفيان الثوري، التابعي الجليل: «ليس بعد الفرائض أفضل من طلب العلم».

وقال الإمام الشافعي: «طلب العلم أفضل من صلاة نافلة».

وهكذا كان العلم أساسَ معرفة الدين، وأقصد بالعلم على إطلاقه؛ لأنه قد يَظُنُّ البعض أني أقصد العلم المتعلق بالعبادة والدين فقط، ولكن تعالوا لننظر ماذا قال الله -تعالى- مادحًا العلماء ﴿إِنَّمَا يَخْشَى اللهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ﴾ (فاطر: ٢٨)

فقصر الخشية لله، والخوف منه، والتقرب إليه على طائفة واحدة؛ هم العلماء. لقد جاءت هذه العبارة خاتمة لحديث الملك -سبحانه وتعالى- عن مجموعة من إبداعاته في الكون؛ عندما تحدث سبحانه عن الجبال والدواب والناس والسماء والأرض والماء، ومفردات علوم الحياة.

قال تعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللهَ أَنْزَلَ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً فَأَخْرَجْنَا بِهِ ثَمَرَاتٍ مُّخْتَلِفًا أَلْوَانُهَا وَمِنَ الْجِبَالِ جُدَدٌ بِيضٌ وَحُمْرٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهَا وَغَرَابِيبُ سُودٌ وَمِنَ النَّاسِ وَالدَّوَابِّ وَالأَنْعَامِ مُخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ كَذَلِكَ إِنَّمَا يَخْشَى اللهَ مِنْ عِبَادِهِ الْعُلَمَاءُ إِنَّ اللهَ عَزِيزٌ غَفُورٌ﴾ (فاطر: ٢٧-٢٨).

نعم ألا يجب علينا الآن أن نقر بما قرَّر ربنا في قرآنه الكريم ﴿قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لاَ يَعْلَمُونَ﴾ (الزمر: ٩)

فإذا كان هذا هو موقع العلم والعلماء عامة في ديننا ومنهج إسلامنا، وإذا كان هذا هو موقع علوم الدنيا أيضًا، فأظن أن معرفتك بربك، وتعلمك أمور دينك على نفس المستوى.

الأمية الدينية

وتأخذ المربين الحسرةُ عند التعامل مع الشباب، سواء أكانوا فتيانًا أو فتيات؛ عندما يجدون تلك الأمية الدينية التي تحيط بحياتهم. إن هناك مجموعة من المعارف الدينية التي لا بُدَّ أن تكون حصيلة لشباب وشابات المسلمين في هذا السن.

المناهج الدراسية

وبالنظر إلى كتب التربية الدينية التي يدرسها الشاب في المرحلة الابتدائية والإعدادية والثانوية نجد هناك مجموعة من المعارف الجيدة، ولكن ينقصها أمران:

١- **الدافع**: حيث إن الطالب قد وَقَرَ في قلبه أن مادة الدين في المدرسة غير مضافة للمجموع، فلا أهمية لها. وأنه يدرسها كأيِّ مادة ليس الغرض منها بناء الشخصية المسلمة، فيتعامل معها كالعلوم والأحياء والرياضة.

٢- **المُعَلِّم**: فمأساة حصة الدين ومعلم الدين في المدارس معروفة ولا تخفي على أحد، وبعد ذلك يدخل الطالب إلى الجامعة فينقطع عنه هذا الزاد العلمي الذي يحتاجه أشد الاحتياج في هذه المرحلة.

وحتى نصل إلى القناعة بأهمية تدريس مبادئ الدين في جميع مراحل التعليم حتى الجامعية، وحتى نقتنع بأهمية النظر إلى منهج الدين كجزء من بناء شخصية الإنسان الصالح الذي يَصُبُّ في مجتمع الصلاح يمكن أن نرصد مجموعة من الأركان العلمية لبناء معرفتك بدينك.

أولا: الإيمان

لا بُدَّ للشباب أن يتعرَّفَ على أركان **الإيمان الستة**؛ الله، والملائكة، والكتب، والرسل، واليوم الآخر، والقدر خيره وشره.

يقول تعالى: **﴿آمَنَ الرَّسُولُ بِمَا أُنْزِلَ إِلَيْهِ مِن رَّبِّهِ وَالْمُؤْمِنُونَ كُلٌّ آمَنَ بِاللهِ وَمَلاَئِكَتِهِ وَكُتُبِهِ وَرُسُلِهِ لاَ نُفَرِّقُ بَيْنَ أَحَدٍ مِّن رُّسُلِهِ وَقَالُوا سَمِعْنَا وَأَطَعْنَا غُفْرَانَكَ رَبَّنَا وَإِلَيْكَ الْمَصِيرُ﴾** (البقرة: ٢٨٥)

ولَمَّا سأل جبريل النبي (ﷺ) عن الإيمان قال: **«أَنْ تُؤمِنَ بِاللهِ، وَمَلاَئِكَتِهِ، وَكُتُبِهِ، وَرُسُلِهِ، واليومِ الآخِرِ، والقَدَرِ خَيرِهِ وَشَرِّهِ»**[1]

وهذه الأركان الستة هي مُتَمِّمَات الإيمان، التي إذا نقص ركن منها انهدم الإيمان كله.

وقد تحتاج بعضها أو أجزاء منها إلى توسيع المعرفة، وقد لا يأخذ بعضها وقتًا كثيرًا، ولكن يجب التعرف عليها إجمالا، والإيمان بها تفصيلا.

ثانيًا: الفرائض

ومن أهم الفرائض التي فرضها الله علينا **أركان الإسلام الخمسة.**

وعندما سأل جبريل –عليه السلام– نبينا محمد (ﷺ) : «مَا الإِسْلامُ؟»

---

(١) رواه البخاري.

قَالَ: «شَهَادَةُ أَنْ لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَتُقِيمُ الصَّلاةَ، وَتُؤْتِي الزَّكَاةَ، وَتَصُومُ رَمَضَانَ، وَتَحُجُّ الْبَيْتَ» [1]

وسوف نتوسع في هذه الفرائض عندما نتحدث عن المحور الثاني (**كيف تكون مسلمًا**) ولكن أُنبِّه هنا أن المطلوب عدم التوسع في جزئيات هذه الفرائض، ولكن يكفي كتاب صغير يشرح كيفية أدائها، ثم بعد ذلك يتزود الشاب والفتاة بحسب الحاجة.

ثالثا: الأخلاق

لقد توسعنا في الحديث عن الأخلاق من قبل، ولكن نُذَكِّر هنا بالأخلاق العملية، والتي تأتي بعد معرفة صحيحة بالله، وأداء الواجبات التي أمرنا بها نحوه.

فيأتي بعد ذلك -لاكتمال معرفتك بدينك- أن ندرك الواجبات التي فرضها الله عليك نحو والديك، نحو جيرانك، نحو أصدقائك، بل نحو الأشياء والبيئة من حولك؛ نحو الماء، والشجر، والهواء، ونحو وطنك وأمتك.

رابعا: النبي (ﷺ).

إنَّ حُبَّ النبي (ﷺ) جزءٌ من أجزاء كيان المسلم، بعد أن بات عقيدة من عقائد إيمانه.

ومن مظاهر هذا الحب أن يتعرَّفَ المسلم على نبيه (ﷺ) كجزء من أجزاء معرفته بدينه، ولذلك فأنت في حاجة إلى أن تتعرَّفَ على:

---

(١) رواه البخاري.

١- صفات النبي (ﷺ) الخِلْقِيَّة، ونَسَبِه، وكل أحواله.

٢- أخلاق النبي (ﷺ) وسلوكياته، وتصرفاته في المواقف المختلفة.

٣- سيرة حياة النبي (ﷺ) منذ ولد إلى أن توفى (ﷺ) إلى جانب حياته (ﷺ) قبل البعثة -٤٠ سنة-، وحياته في مكة بعد البعثة -ثلاثة عشرة سنة-، وحياته في المدينة بعد الهجرة -عشر سنوات-.

وبمعرفتك لربك وواجباتك نحوه، وأسس علاقتك الأخلاقية مع الآخرين، والقدوة والهادي (ﷺ)، تكتمل محاور معرفتك لدينك.

٣- اعرف وطنك

وأقصد بالوطن هنا الوطن الصغير والكبير والأكبر.

الوطن الصغير هو بلدك الذي تعيش فيه، والكبير هو وطنك العربي الذي يضم مقدساتك التي تحبها وتعشقها؛ الحرم الشريف في مكة، والمسجد النبوي في المدينة، والمسجد الأقصى في القدس.

ووطنك العربي هو في الأصل بلد واحد، وأرض واحدة، ودين واحد، ولغة واحدة، ولكن قَسَّمَه ضعفُنا ثم جهلنا إلى دول وحدود ولهجات وعادات.

ووطنك الأكبر هو الإسلام:

﴿إِنَّ هَذِهِ أُمَّتُكُمْ أُمَّةً وَاحِدَةً وَأَنَا رَبُّكُمْ فَاعْبُدُونِ﴾ (الأنبياء: ٩٩)

إن كلَّ أرض عليها مسلم ينطق بالشهادتين هي وطنك، الذي تهتم بمعرفته، وتسأل عن أحواله، وتطمئن على شعبه.

ويقول النبي (ﷺ): «**من لم يهتم بأمر المسلمين فليس منهم**».

روى البخاري عَنِ النُّعْمَانِ بْنِ بَشِيرٍ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّـهِ (ﷺ): «**مَثَلُ الْمُؤْمِنِينَ فِي تَوَادِّهِمْ وَتَرَاحُمِهِمْ وَتَعَاطُفِهِمْ مَثَلُ الْجَسَدِ؛ إِذَا اشْتَكَى مِنْهُ عُضْوٌ تَدَاعَى لَهُ سَائِرُ الْجَسَدِ بِالسَّهَرِ وَالْحُمَّى**».

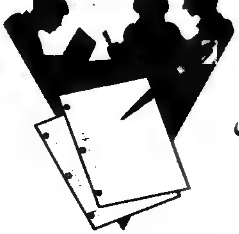
تحتاج إلى أن تتعرَّفَ على هذه الأوطان جميعًا؛ من حيث جغرافية هذه الأوطان، ومن حيث تاريخها.

فتدرس تاريخ دخول الإسلام إلى وطنك بالتفصيل، وكيف تقبَّل شعب وطنك هذا الدين، وكيف كانت علاقتهم به، وكيف أثَّر في بناء حضارة عظيمة في بلدك.

وكذلك دراسة تاريخ مبسط عن كل دولة من دول وطنك الكبير والأكبر.

وتحتاج في النهاية إلى أن تتعرف على واقع وطنك الصغير والكبير والأكبر، وما يتعرض له من تحديات، وما سببها، وما واجبك نحوه.

٤- اعرف واقعك



لا بُدَّ للشاب أن يدرك ما يدور حوله، وكيف يفكر الناس في وطنه الصغير والكبير والأكبر، بل وفي العالم كله من حوله.

ومن ذلك:

أ- الواقع الديني والمذهبي.

فيتعرف على بعض ملامح الأديان الأخرى التي يدرك بها الناس في وطنه وفي العالم من حوله؛ مثل اليهودية والمسيحية والهندوكية والبوذية، بل ويتعرف على بعض الفِرَقِ والمذاهب التي تتواجد في العالم من حوله؛ وخاصة البلاد القريبة منه مثل: الشيعة، والقديانية، والدروز، بل والمرمون والأحباش في أمريكا.

ب- الواقع السياسي والاقتصادي والاجتماعي.

فيتعرف على المذاهب السياسية المعاصرة؛ مثل: الشيوعية، والرأسمالية، والاشتراكية، والديمقراطية.

ويدرك موقف الإسلام من هذه المذاهب، ويتعرف على المنهج السياسي في الإسلام، وأنه نسيج وحده، لا يحتاج إلى ترقيع من أي مذهب آخر؛ فالإسلام مستغني بنفسه، بل ويستطيع أن يعطي الجميع.

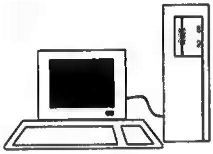
وكذلك في الناحية الاقتصادية والاجتماعية، وأهم من ذلك أن يدرك الواقع السياسي لمجتمعه الصغير، ويتعرف على التيارات التي تحكم سياسة بلده. فلا يكون غائبًا عن الوعي السياسي، إنما متابع لصحائفه وإذاعاته ونشراته.

وسائل ثقافة الفكر

والقراءة ليست الوسيلة الوحيدة للثقافة، ولكن هناك الكثير من الوســـائل الأخرى؛ مثل:

أ- الشريط المسموع، والمرأي.

ب- وسائل الإعلام؛ حيث البرامج المفيدة في كلّ هذه المجالات.



ج - شبكة المعلومات (الإنترنت).

د- القراءة للصحف والمجلات، وخاصة المتخصصة منها.

وهناك وسيلة أخرى مهمة؛ وهي القدرة على الاستفادة مِمَّا يدرسه الشاب من العلوم المتخصِّصة في إثراء ثقافته، والارتقاء بها في هذه المجالات؛ وذلك باعتماد أسلوب البحث المفتــوح، ودخول المكتبة، والتنازل بعض الشـــيء عـــن أسلوب الكتاب المقرَّر.

المجال الرابع

أن تكون قادرًا على الكسب

قال الدكتور فاضل وهو ينظر إلى الشباب مبتسمًا:

أريد أن أخبركم بحقيقة أساسية في حياتكم يدركها الكبار ولا تدركوها أنتم.

ولَمَّا وصل اهتمام الشباب إلى ذروته، قال لهم وقد اتسعت ابتسامته:

- **أنتم مؤجَّلون.**

نعم، إنكم محتجزون خلف أسوار المراهقة، لن يُسْمَحَ لكم بعبور بواباتها إلى الرشد إلا بعد أن يستعد المجتمع لذلك.

لقد أُلْقِيَ في روعكم أنكم لا بُدَّ أن تمتنعوا عن أيِّ عمل حتى تنتهي الدراسة التي تمتد حتى سن ٢٢ سنة، وبعدها تبدأ رحلة البحث عن عمل.

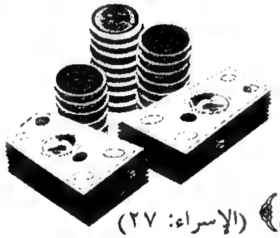
أقول لكم: إنها رحلة البحث عن خبرة أو مهارة -أي مهارة- لتستطيع أن تعمل بها، فالشاب منكم يخرج من كليته لا يستطيع أن يعمل شيئًا.

وبعد عشر سنوات اسأل عنه هناك على المكاتب، وفي الطرقات، وعلى المقاهي. لم يقدِّم أيَّ شيء لوطنه ولا لنفسه؛ لأنه ضَيَّع أهم سنوات حياته - من سِنِّ ١٥ سنة إلى سِنِّ ٢٥ سنة- في مأساة عبور الأسلاك الشائكة المسماة بالامتحانات، ليحصل في النهاية على شهادة ربما تضعه في وضع متقدِّم في الترتيب الاجتماعي في بلده، إلا أنها لا تؤهِّله ليحافظ على هذا الوضع.

أقول لكم يا معشر المؤجَّلين: اقتحموا أبواب المراهقة من سِنِّ خمسة عشر عامًا وادخلوا أبواب الرشد، وذلك بأن تكونوا قادرين على الكسب.

والقدرة على الكسب ذات شِقَّين:

الأول: أن تؤمن بقيمة الادخار.
الثاني: أن تؤمن بقيمة العمل.



أولا: الادخار

يقول تعالى: ﴿إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ﴾ (الإسراء: ٢٧)

ويقول تعالى: ﴿وَكُلُوا وَاشْرَبُوا وَلاَ تُسْرِفُوا إِنَّهُ لاَ يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ﴾(الأعراف: ٣١)

والإسلام يطالب بالوسطية في كل شيء.

يقول الله -تعالى- مادحًا عباد الرحمن: ﴿**وَالَّذِينَ إِذَا أَنْفَقُوا لَمْ يُسْرِفُوا وَلَمْ يَقْتُرُوا وَكَانَ بَيْنَ ذَلِكَ قَوَامًا**﴾ (الفرقان: ٦٧)

إن كلَّ شابٍ لا بُدَّ أن يضعَ لنفسه قواعد مهمة في التعامل مع المال:

أ- أن يُعَوِّدَ نفسه على أن يدخر نصف أيِّ مبلغ يحصل عليه.

ب- أن يضع هذا الادخار في وعاء ادخاري، والأفضل أن يكون استثماري، ويبتعد بقوة عن كلِّ ما له علاقة بالرِّبَا.

ج- ألا ينظر إلى قلة ما يدخره، بل ينظر إلى الامتداد الزمني؛ حيث إن القليل سيكون كثيرًا.

د- أن يُرَشِّدَ استهلاكه، ويحاول أن يبتعد بقدر الإمكان عن مضيِّعات المال؛ مثل: الطعام المبالغ فيه، والملابس واللهو، فضلا عن الحرام منها؛ مثل:السجائر، والشيشة، وأماكن اللهو المحرَّمة أو المكروهة.

هـ - أن يبدأ في التفكير في الزواج، ويدرك أن الزوج قائم على الباءة؛ وهي القدرة الماديَّة على تكاليفه.

روى البخاري أن رسول الله (ﷺ) قال: « **يَا مَعْشَرَ الشَّبَابِ: مَنِ اسْتَطَاعَ مِنْكُمُ الْبَاءةَ فَلْيَتَزَوَّجْ**».

وللباءة ثلاثة عناصر:

١- السَّكن.

٢- الأثاث.

٣- هدايا الزواج وتكاليفه؛ مثل: المهر، وحفلة الزواج. وبناءً على هذا يبدأ في وضع هدف محدد للادخار؛ وهو توفير أحد أركان الباءة.

و- ألا ينسى أداء فرض الله في المال المُدَّخَر؛ وهو الزكاة، والتي تُقَدَّر بـ ٢,٥٪ من كلِّ مال مَرَّ عليه سنة هجرية، وبلغ نصاب الزكاة ما يعادل ٨٣ جرام ذهب.

ح- ولا ينسى أن ينمي هذا المال في تجارة رابحة مع الله.

ر- أن يجعل في هذا المال حقًّا معلومًا للسائل والمحروم؛ كصدقات يُطَهِّرُ بها نفسه، وحقًّا معلومًا في سبيل الله - الجهاد بالمال- كواجب عليه قِبَل المجاهدين والمرابطين والمعذَّبين من المسلمين في الأرض.

﴿هَا أَنْتُمْ هَؤُلاَءِ تُدْعَوْنَ لِتُنْفِقُوا فِي سَبِيلِ اللهِ فَمِنْكُم مَّن يَبْخَلُ وَمَن يَبْخَلْ فَإِنَّمَا يَبْخَلُ عَن نَّفْسِهِ وَاللهُ الْغَنِيُّ وَأَنْتُمْ الْفُقَرَاءُ وَإِن تَتَوَلَّوْا يَسْتَبْدِلْ قَوْمًا غَيْرَكُمْ ثُمَّ لاَ يَكُونُوا أَمْثَالَكُمْ﴾ (محمد: ٣٨)

ويقول سبحانه وتعالى: **﴿مَن ذَا الَّذِي يُقْرِضُ اللهَ قَرْضًا حَسَنًا فَيُضَاعِفَهُ لَهُ وَلَهُ أَجْرٌ كَرِيمٌ﴾** (الحديد: ١١)

وروى الترمذي أن الرسول (ﷺ) قال: **«ما نَقَصَ مَالٌ مِنْ صَدَقَةٍ»**.

ثانيًا: العمل

وقد ينظر البعض إلى ما تحدثنا عنه من قبل أنه يناسب فئة ما من المجتمع؛ المتوسطة أو الفقيرة، ولكن هناك من الشباب من ييسر الله لوالديهم الغنى، فيصبحون لا حاجة لهم إلى كل هذه المشقَّة، فما يريدونه يجدونه، بل ومستقبلهم مهيَّأ ومُعَدٌّ لهم، فَلِمَ الجُهْدُ إذن؟!

أقول لهؤلاء: إن الادخار قيمة إسلامية في حدِّ ذاتها، ولا يعني أن تكون غنيًا ميسورًا أن تبذرَ وتسرفَ.

ولذلك روى ابن ماجة عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ عَمْرٍو أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) مَرَّ بِسَعْدٍ وَهُوَ يَتَوَضَّأُ فَقَالَ: «**مَا هَذَا السَّرَفُ؟**» فَقَالَ: أَفِي الْوُضُوءِ إِسْرَافٌ؟ قَالَ: «**نَعَمْ وَإِنْ كُنْتَ عَلَى نَهَرٍ جَارٍ**».

بل إنه (ﷺ) يضع بارقة إنذار لمن لم يتعلَّم الادخار فيقول: «**اخشوشنوا فإن النعمة لا تدوم**».

ولذلك فإننا نُبيِّنُ هنا في الحديث عن العمل أن الهدف الأساسي منه ليس هو كسب المال -وإن كان من مقاصده-، إنما الهدف الأساسي هو اكتساب هذه القيمة الإسلامية، وتربية الأنفس عليها.

ولحكمة بالغة يسمِّي الله -تعالى- هذا السن (سِنَّ الشبابِ) **بلوغ السعي**؛ يقول عن إسماعيل وأبيه إبراهيم:

﴿فَلَمَّا بَلَغَ مَعَهُ السَّعْيَ قَالَ يَا بُنَيَّ إِنِّي أَرَى فِي الْمَنَامِ أَنِّي أَذْبَحُكَ﴾(الصافات: ١٠٢)

والسعي يعني الجد في الأرض، والعمل لكسب العيش. ﴿فَامْشُوا فِي مَنَاكِبِهَا وَكُلُوا مِن رِّزْقِهِ وَإِلَيْهِ النُّشُورُ﴾ (الملك: ١٥)

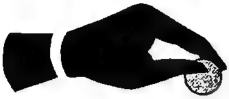
الملك والدينار المحترق

وهناك قصة رمزية لملك كان لديه ابن مُتْرَف مُنَعَّم، كلما تمنَّى شيئًا كان بين يديه بمجرد أن ينظر إليه.

فلمَّا بلغ الغلام السعي، وكان أبوه الملك حكيمًا، فمنع عنه الكثير مِمَّا كان يعطيه له، وقال له: يا بني: لقد بلغتَ المبلغ الذي وجب عليك فيه أن تعمل. وفي حوار طويل بين الغلام المُرَفَّه وبين أبيه؛ يحاول الابن أن يقنع أباه بأنه لا حاجة له في العمل اليدوي ما دام كل شيء متاحًا له، ويحاول الأب أن يُفْهِمَ ابنه أن العمل قيمة في حدِّ ذاته لا بُدَّ من اكتسابها؛ لينطلق في الحياة بعد ذلك بقوة هذه القيمة ودفعها.

ولكن الغلام المُرَفَّه لم يجد من أبيه إلا الإصرار، فآثر السلامة، ووافق أباه على ما يريد منه، ولكنه انطلق مهمومًا لا يدري ماذا يفعل، فإذا بقدميه تأخذاه إلى أمه التي ما إن حكى لها القصة إلا واستنكرت على أبيه ما يطلب، ولكنها آثرت عدم الاصطدام مع الملك؛ فقالت لابنها: يا بني: اذهب فاقضي يومك كما تشاء وتهوى، وائتني في المساء. فلمَّا جاءها في المساء أعطته دينارًا

ذهبيًّا، وقالت له: اذهب الآن إلى أبيك وأخبره أنك نفَّذْتَ أمره، وهذا الدينـــار هو حصيلة جهدك اليوم.



أخذ الغلام الدينار الذهبي من أمه، وذهب إلى أبيـــه والابتسامة تملأ صدره، وأخبره كما علَّمَتْهُ أمه.

نظر الأب إلى الدينار الذهبي، ثم إلى ابنه وقال له في هدوء مريب:

- هل هذا الدينار هو ناتج جهدك اليوم؟

قال الفتى وهو يتلعثم:

- نعم، إنه ناتج جهدي وعملي وكَدِّي اليوم يا أبي، أليس هذا ما تحب؟

نظر الأب إلى الدينار، ثم نظر إلى ابنه وقال:

- إذا كان كذلك فها هو دينارك، وألقـاه الأب في نار المدفئة ليحترق أمام نظرة الدهشة في عـــين ابنـــه، التي ما لبثت إلا وتحولت إلى قهقهة كبـــيرة، جاوبتـــها ضحكة أبيه وهو يقول له:

- اذهب الآن يا بني، واعمل مثل ما عملت بالأمس، ثم ائتني كما جئتـــني اليوم.

واستمر الحال هكذا؛ الغلام يلهو طوال اليوم، ويأخذ الدينار من أمه آخـــر النهار، ويتوجه إلى أبيه الذي يسأله نفس السؤال ويجيب نفـس الإجابة، ثم ينصرف بعد أن يلقي أبوه الدينار في النار.

ولكن تغير الحال بعض الشيء؛ ففي جلسة للغلام بينه وبين نفسه يسألها:

- ماذا يريد أبي مني؟
- لماذا يفعل معي كل ذلك؟
- ما معنى أن العمل قيمة لا بُدَّ أن أكتسبها؟
- وهل أنا في حاجة إلى العمل؟ أم أنا في حاجة إلى هذه القيمة؟

وتغير حال الفتى وهو ينظر إلى الدينار وهو يحترق في النار؛ لم يعد يقهقه، ولم يعد يبتسم، بل كان يُوَلِّي أباه ظهره وهذه الأسئلة تتصارع في صدره.

وقرَّر الفتى أمرًا؛ سيكون مساء اليوم مختلفًا عن أيِّ مساء، بل سيكون نهاره مختلفًا.

توجَّه الغلام إلى السوق يبحث عن عمل، ولم يخبر الناس أنه ابن الملك، فلم يقبله أحد لأنه لم يكن يجيد عملَ أيِّ شيء. لم يمتلك يومًا حرفة، ولم يتدرَّب في يوم على مهارة، فلم يجد إلا أن يعمل حمَّالا!

ذلك الغلام الذي كانت ملابسه الحريرية تزيِّن كاهله، هاهو الآن يحمل الأجولة الثقيلة في السوق تحت تأنيب وتوبيخ صاحب العمل.

وفي نهاية اليوم عاد الفتى يجرُّ ساقيه، ويهز ذراعيه بكلِّ معاناة، وقد رَثَّتْ ثيابه وتغير وجهه، ومَدَّ يده إلى أبيه بالأجر الذي حصل عليه، فنظر إليه وقال:

درهمًا! وأين الدينار الذهبي يا بني؟ ورفع الأب يده ليلقي بالدرهم في النار، فإذا بالابن المُثْقَل المُتْعَب ينفض عنه هذا التعب، وينقضُّ على كفِّ أبيه ليمسكها قبل أن يلقي بالدرهم في النار، ويصيح ...

- لا، إنك لا تدري يا أبي الجهد الذي بذلته في سبيل الحصول على هـــذا الدرهم!!

أمسك الأب يده، ثم وضع الدرهم على المائدة؛ ليمسح الغبار عـــن شـــعر ابنه، وهو يقول بحنان بالغ:

- لا يا بني، أدري، ثُمَّ رفع رأس ابنه إليه، وقال في شيء من اللوم: ولكـــن لماذا لم تفعل ذلك مع الدنانير الذهبية؟!

خفض الفتى رأسه و لم يقوَ على أن ينظر في عين أبيه، ثم حكى له القصـــة كاملة.

وعندها قال الأب لابنه:

- هل دريت يا بني ماذا تحتاج. إنك لا تحتاج إلى اكتساب المال، بقدر مـــا تحتاج إلى اكتساب قيمة العمل، التي تجعلك تحترم المال، وتعلم قدره.

قال الدكتور فاضل بعد أن انتهى من القصة:

وهل أدركتم يا معشر الشباب ماذا تحتاجون؛ إنه العمل. إن الله -تعـــالى- عندما أراد أن يُعَلِّمَ آلَ داود الشُّكْرَ قال:

﴿اعْمَلُوا آلَ دَاوُدَ شُكْرًا﴾ (سبأ: ١٣)

فإن الشكر لا بُدَّ أن يُتَرْجَمَ إلى عمل. ولا تقولوا: إن هناك عمل حقير وآخـــر رفيع. إن ما يحدد قيمة العمل هو هل حلال أم حرام؟ هل هو نافع أم ضار؟

أطلقوا لعقولكم العنان، وابتكروا ولن يخيِّبَ الله سعيكم، ﴿وَلَـــن يَـــتِرَكُمْ أَعْمَالَكُمْ﴾ (محمد: ٣٥)

أيها الشباب

هناك أربعة مجالات تعبرون بها البوابة الأولى من بوابات محطة الوصول إلى بدايات الرشد، ولنخرج من أسوار المراهقة. (**لا بُدَّ أن تكون إنسانًا**) وذلك في مجالات أربعة:

١- أن تكون قويّ الجسم.

٢- أن تكون متينَ الخُلُقِ.

٣- أن تكون مثقَّفَ الفِكْرِ.

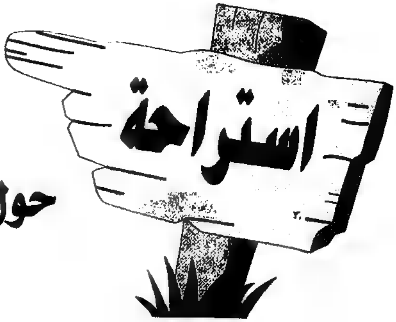
٤- أن تكون قادرًا على الكسب.

انتهى الدكتور فاضل من لقائه، ووعد الشباب في اللقاء التالي أن يحدثهم حول البوابة الثانية إلى محطة الوصول، وهي: **كيف تكون مسلمًا حقًّا؟**

انطلق الشباب في حوارات جميلة حول المعاني التي ذكرها الدكتور في محاضراته، وكلٌّ يُمَنِّي نفسه باللقاء الآخر.

وعلى بُعْدٍ كان هناك أربعة من الشباب، قد امتلأت عيونهم بدموع الفرحة؛ إنهم بدؤوا الرحلة من أولها؛ رحلة من الداخل.

إنهم: أيمن، وهشام، وأحمد، ومحمود.



حول : (كيف تكون إنسانًا)

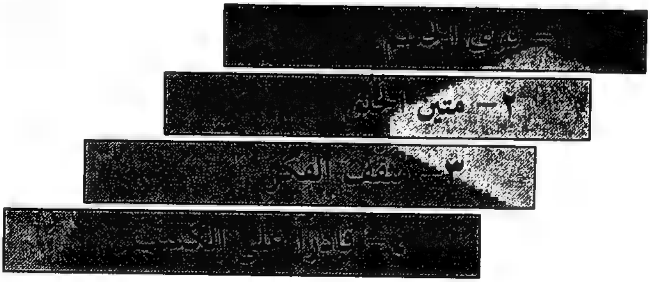
- ثلاثة محاور على أبواب الرشد.

١- لا بُدَّ أن تكون إنسانًا.

٢- لا بُدَّ أن تكون مسلمًا حقًّا.

٣- وَثْبَةٌ نحو النجاح.

- وحتى تكون إنسانًا، عليك أن تسعي لأن تكون:



- وقد قَدَّمَ الدكتور فاضل خطة شاملة للوصول إلىٰ هذا المستوى الراقي من الإنسانية.

الفصل الثاني

2

كيف تكون مسلماً حقاً؟

كانت القاعة تُعَبِّرُ دون كلام عن مدى لهفة الشباب إلى المعرفة. وقد انضم للأصدقاء الأربعة الكثير من الأصدقاء ينظِّمون المكان، ويرتبون المقاعد، ويعدون لاستقبال الدكتور فاضل الذي دخل مبتسمًا من باب القاعة، ثم جلس وأخذ (الميكروفون) وبدأ حديثه وقد امتلأت القاعة بهمسات الصمت الدافئ.

أيها الشباب:

- أنَّ تكون إنسانًا فهذه نعمة كبرى، وتكريم ما بعده تكريم.

يقول تعالى: ﴿وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَحَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَالْبَحْرِ وَرَزَقْنَاهُم مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَفَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلاً﴾ (الإسراء: ٧٠)

أن تكون إنسانًا فهذا قمة العلم والرِّفْعَة ﴿وَعَلَّمَ آدَمَ الأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلاَئِكَةِ فَقَالَ أَنبِئُونِي بِأَسْمَاء هَؤُلاَءِ إِن كُنتُمْ صَادِقِينَ قَالُوا سُبْحَانَكَ لاَ عِلْمَ لَنَا إِلاَّ مَا عَلَّمْتَنَا إِنَّكَ أَنتَ الْعَلِيمُ الْحَكِيمُ﴾ (البقرة: ٣١-٣٢)

أن تكون إنسانًا فهذا قمة القرب من رَبِّ العالمين ﴿وَلَقَدْ خَلَقْنَا الإِنسَانَ وَنَعْلَمُ مَا تُوَسْوِسُ بِهِ نَفْسُهُ وَنَحْنُ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾ (ق: ١٦)

نعم، هذا هو الإنسان؛ تكريم، وعلم، وعزة، وقرب. ولكن الإنسان إذا أخلد إلى الأرض ابتعد، وذَلّ، وجهل، ومن هنا لا يكون محلاًّ للتكريم،

أيها الشباب:

كان حديثنا في الماضي دعوة إلى أن تكون **إنسانًا قويًا، ذا خُلُقٍ، مثقّفًا، عزيزًا.**

واليوم ندعوك أن تتعلم (**كيف تكون مسلمًا؟**) وهي نفحة أخرى أنعم الله بها على الناس؛ أن أرسل إليهم رسلا منهم، يضبطون طريقهم كُلَّمَا اعْوَجَّ؛ ليعود إلى الإسلام؛ دين الله في الأرض والسماء.

﴿وَمَنْ يَبْتَغِ غَيْرَ الإِسْلاَمِ دِينًا فَلَنْ يُقْبَلَ مِنْهُ وَهُوَ فِي الآخِرَةِ مِنَ الْخَاسِرِينَ﴾ (آل عمران: ٨٥)

الإسلام الذي دان به الكون كله لله رب العالمين.

﴿أَفَغَيْرَ دِينِ اللهِ يَبْغُونَ وَلَهُ أَسْلَمَ مَن فِي السَّمَاوَاتِ وَالأَرْضِ طَوْعًا وَكَرْهًا وَإِلَيْهِ يُرْجَعُونَ﴾ (آل عمران: ٨٣).

الإسلام الذي أمر به نوح، فقال لقومه: ﴿فَإِن تَوَلَّيْتُمْ فَمَا سَأَلْتُكُم مِّنْ أَجْرٍ إِنْ أَجْرِيَ إِلاَّ عَلَى اللهِ وَأُمِرْتُ أَنْ أَكُونَ مِنَ الْمُسْلِمِينَ﴾ (يونس: ٧٢)

الإسلام الذي جاء به إبراهيم: ﴿مَا كَانَ إِبْرَاهِيمُ يَهُودِيًّا وَلاَ نَصْرَانِيًّا وَلَكِن كَانَ حَنِيفًا مُّسْلِمًا وَمَا كَانَ مِنَ الْمُشْرِكِينَ﴾ (آل عمران: ٦٧)

الإسلام الذي شهد به الحواريون عندما دعاهم إليه نبيهم عيسى:

﴿ فَلَمَّا أَحَسَّ عِيسَى مِنْهُمُ الْكُفْرَ قَالَ مَنْ أَنصَارِي إِلَى اللهِ قَالَ الْحَوَارِيُّونَ نَحْنُ أَنْصَارُ اللهِ آمَنَّا بِاللهِ وَاشْهَدْ بِأَنَّا مُسْلِمُونَ﴾ (آل عمران: ٥٢)

الإسلام الذي أتمه الله وارتضاه للناس: ﴿الْيَوْمَ أَكْمَلْتُ لَكُمْ دِينَكُمْ وَأَتْمَمْتُ عَلَيْكُمْ نِعْمَتِي وَرَضِيتُ لَكُمُ الإِسْلاَمَ دِينًا﴾ (المائدة: ٣)

ومن خلال المجالات الثلاثة التالية يمكن أن نجيب على سؤالنا اليوم: **كيف تكون مسلمًا حقًّا؟**

وهو أن تكون:

المجال الأول

أن تكون سليم العقيدة

أَلْمَحْنَا إلى موضوع العقيدة في المحاضرة السابقة كجزء أساسي من ثقافة المسلم، وكمدخل أساسي للإيمان. وقد قدَّمنا العلم قبل الإيمان والعمل كما قدَّمه الله تعالى: ﴿فَاعْلَمْ أَنَّهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ اللهُ وَاسْتَغْفِرْ لِذَنبِكَ﴾ (محمد: ١٩)

والعلم فقط لا يُعَبِّرُ عن عقيدة سليمة إلا إذا ألقيت كلَّ ما تعتقده خلف ظهرك، وآمنت بالله وبكل ما يأتي من الله.

﴿فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِن بِاللهِ فَقَدِ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لاَ انفِصَامَ لَهَا وَاللهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ﴾ (البقرة: ٢٥٦)

أيها الشباب

إن البناء الشامخ المرتفع لا يقوى على الوقوف صَلْبًا إلا إذا كان له أساس عميق قوي.وكلما تعمق الأساس، وزادت صلابته وقوته كلما سهل ارتفاع البناء وصموده أمام الزلازل والحوادث. كذلك الإسلام، ذلك الدين العظيم الذي نؤمن به، هذا البناء الذي يرتفع شامخًا بكم.

يرتفع بحياة كاملة يعيشها المسلم بكلِّ جوانبها وجزئياتها، يقوم على

أعمدة العبادات؛ يزيِّنه حُسْنُ الخُلُق، وتحوطه سياج المعاملات الطيِّبة، وتحميه الحدود التي وضعها الله.

هذا البناء يعلو ويرتفع ويسمو، ولن ينهار أبدًا بفضل ذلك الأساس العميق القوي؛ ذلك الإيمان القائم على عقيدة سليمة ثابتة في الله، وفي كلٍّ ما جاء عن الله.

عقيدة تجعلنا نحبُّ الله ورسوله أكثر من أنفسنا وأموالنا وأولادنا والناس أجمعين.

عقيدة تجعلنا نخاف من الله أكثر مِنْ أيِّ أحد غيره. عقيدة تجعلنا نرجو الله، ولا نرجو أحدًا أيًّا كان.

يقول تعالى: ﴿**قُلْ إِن كَانَ آبَاؤُكُمْ وَأَبْنَاؤُكُمْ وَإِخْوَانُكُمْ وَأَزْوَاجُكُمْ وَعَشِيرَتُكُمْ وَأَمْوَالٌ اقْتَرَفْتُمُوهَا وَتِجَارَةٌ تَخْشَوْنَ كَسَادَهَا وَمَسَاكِنُ تَرْضَوْنَهَا أَحَبَّ إِلَيْكُم مِّنَ اللهِ وَرَسُولِهِ وَجِهَادٍ فِي سَبِيلِهِ فَتَرَبَّصُوا حَتَّى يَأْتِيَ اللهُ بِأَمْرِهِ وَاللهُ لاَ يَهْدِي الْقَوْمَ الْفَاسِقِينَ**﴾ (التوبة: ٢٤)

وحتى نضع نقاط أساسية للإيمان نجد النبي (ﷺ) كان يُكْثِرُ من ترديد:

«**رَضِيتُ بِاللَّهِ رَبًّا، وَبِالإِسْلامِ دِينًا، وَبِمُحَمَّدٍ نَبِيًّا**»

وأنتم أيها الشباب حتى تتم لكم سلامة العقيدة، عليكم أن ترضوا بهذه الثلاثة:

١- الله ربًّا.

٢- الإسلام دينًا.

٣- محمد (ﷺ) نبيًّا ورسولا.

وسنحاول أن نضع بعض النقاط على الحروف حول هذه الثلاثة.

١- في الإيمان بالله.

لا بُدَّ أن أفهم: على أيِّ أساس تكون علاقتي بربي؟ فأعلم معنى حب الله، والخوف من الله، والرجاء في الله، فأعلم بذلك معنى شهادة أن لا إله إلا الله.

روى البخاري عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ-، عَنِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَالَ: **« ثَلاثٌ مَنْ كُنَّ فِيهِ وَجَدَ حَلاوَةَ الإِيمَانِ: أَنْ يَكُونَ اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا سِوَاهُمَا، وَأَنْ يُحِبَّ الْمَرْءَ لا يُحِبُّهُ إِلا لِلَّهِ، وَأَنْ يَكْرَهَ أَنْ يَعُودَ فِي الْكُفْرِ كَمَا يَكْرَهُ أَنْ يُقْذَفَ فِي النَّارِ»**.

والشاعر يترجم حُبَّ الله -تعالى- في بيتين؛ يقول:

تَعْصِي الإِلَهَ وأَنْتَ تَزْعُمُ حُبَّهُ ... هذا لَعَمْرِي في القياسِ شَنِيعُ
لَو كَانَ حُبُّكَ صادقًا لأطَعْتَهُ ... إِنَّ المُحِبَّ لِمَنْ يُحِبُّ مُطِيعُ

وروى الترمذي عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ(ﷺ): **«كَانَ مِنْ دُعَاءِ دَاوُدَ يَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ حُبَّكَ، وَحُبَّ مَنْ يُحِبُّكَ، وَالْعَمَلَ الَّذِي يُبَلِّغُنِي حُبَّكَ. اللَّهُمَّ اجْعَلْ حُبَّكَ أَحَبَّ إِلَيَّ مِنْ نَفْسِي وَأَهْلِي وَمِنَ الْمَاءِ الْبَارِدِ»**.

وسُئِلَ أحد الصالحين عن علامة محبة الله، قال: « داوم الذكر بالقلب واللسان».

٢- في الإيمان بالرسل.

لا بُدَّ أن تتعرف على نبينا محمد (ﷺ)؛ صفاته، أخلاقه، سلوكياته.

واعلم معنى شهادة **وأن محمدًا رسول الله** (ﷺ).

والتي تقوم على قول الله -تعالى-:

﴿وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلاَ مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى اللهُ وَرَسُولُهُ أَمْرًا أَن يَكُونَ لَهُمُ الْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ وَمَن يَعْصِ اللهَ وَرَسُولَهُ فَقَدْ ضَلَّ ضَلالا مُّبِينًا﴾ (الأحزاب: ٣٦)

فشعار المؤمن في إيمانه بالنبي (ﷺ) قوله تعالى: **﴿وَإِنْ تُطِيعُوهُ تَهْتَدُوا﴾**(النور:٥٤)

٣- الإيمان بالكتب.

تتحدَّد علاقتك (بالقرآن)، وأن تدرك وظيفته في حياتك، وأن تدرك واجبك نحوه.

أن تقرأ القرآن. **﴿أَفَلاَ يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَى قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾** (محمد: ٢٤)

أو تستمع إليه. **﴿وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ﴾** (النور: ٢٠٤)

وأن تدرك أنه ميسر وسهل **﴿وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِن مُّدَّكِرٍ﴾** (القمر: ١٧)

وأن تستشعر مدى إعجازه في جميع المجالات

﴿قُل لَّئِنِ اجْتَمَعَتِ الإِنْسُ وَالْجِنُّ عَلَى أَن يَأْتُوا بِمِثْلِ هَـٰذَا الْقُرْآنِ لاَ يَأْتُونَ بِمِثْلِهِ وَلَوْ كَانَ بَعْضُهُمْ لِبَعْضٍ ظَهِيرًا﴾ (الإسراء: ٨٨)

وأن تتيقن أنه محفوظ خالد ﴿إِنَّا نَحْنُ نَزَّلْنَا الذِّكْرَ وَإِنَّا لَهُ لَحَافِظُونَ﴾ (الحجر: ٨)

أن تعلم أنه شامل لكلِّ مناحي الحياة؛ فهو كتاب الزمان كله؛ ماضيه وحاضره ومستقبله.

وكتاب البشر كلهم؛ أبيضهم وأسودهم وأحمرهم.

وكتاب الكون كله؛ مشرقه ومغربه وشماله وجنوبه، وسماؤه وأرضه.

وكتاب الدين كله؛ عبادات وتشريعات ومعاملات.

وكتاب الإنسان كله؛ روحه وجسده، فرد وأسرة، ومجتمع ودولة. ﴿وَنَزَّلْنَا عَلَيْكَ الْكِتَابَ تِبْيَانًا لِّكُلِّ شَيْءٍ﴾ (النحل: ٨٩)

هذا هو القرآن كتاب الإسلام الذي أمرنا الله -تعالى- أن نتمسك به؛ لنكون مسلمين حقًّا.

٤- وفي الإيمان بالإسلام

لا بُدَّ أن نؤمن بالإسلام كما نؤمن بكتابه؛ أنه دين شامل، لا بُدَّ أن يحكم حياتنا كلها، وإلا فخطوات الشيطان.

﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ادْخُلُوا فِي السِّلْمِ كَافَّةً وَلاَ تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُّبِينٌ﴾ (البقرة: ٢٠٨)

لا بُدَّ أن نؤمن أن الإسلام منهج حياة متكامل شامل منضبط رباني إنساني مَرِنٌ، يتناول مظاهر الحياة جميعًا. لا يموته أمر دين ولا أمر دنيًا، على مستوى الفرد والأسرة والمجتمع والدولة والأمة والعالم بأثره.

لا بُدَّ أن نؤمن أن الإسلام ما جاء الكون إلا ليدبر حياة الناس، وأن أي انحراف عنه -كمنهج يدير الحياة- هو هلاك الكون كله.

﴿وَمَنْ أَعْرَضَ عَن ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً ضَنكًا وَنَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى﴾ (طه: ١٢٤)

لا بُدَّ أن نؤمن أن الإسلام ما دام لا يحكم حياة الناس، فإن الله سائلنا جميعًا عن ذلك، ولا عُذْرَ لأحدٍ إلا مَنِ التزم في نفسه، وفي أسرته، وفي ما حوله بالإسلام، ودعا الناس بقدر استطاعته إلى اتِّبَاع هذا الدين.

لا بُدَّ أن نؤمن أن الإسلام هو العزة والرفعة والمَنْعَة، وأن المسلمين إذا ضيَّعوا هذا المقام فإن الله لا ينصرهم بنصره.

﴿إِن تَنصُرُوا اللهَ يَنصُرْكُمْ وَيُثَبِّتْ أَقْدَامَكُمْ﴾ (محمد: ٧)

هذه هي العقيدة في الله ورسوله ودينه، إذا اكتملت ملامحها لدى الشاب المسلم أصبح سليم العقيدة، وخطى أولى خطواته نحو: (**أن يكون مسلمًا حقًّا**).

المجال الثاني

أن تكون صحيح العبادة

أيها الشباب:

إنكم كل يوم -وعلى الأقل سبعة عشرة مرة- ترددون قوله تعالى: ﴿**إِيَّاكَ نَعْبُدُ وإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ**﴾ (الفاتحة: ٥)

واستمعتم كثيرًا لقوله تعالى: ﴿**وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالإِنْسَ إِلاَّ لِيَعْبُدُونِ**﴾ (الذاريات: ٥٦)

هل أدركتم من خلال هذه الآية معنى قول: "**لا إله إلا الله**"؟

معناها: أنه لا يستحق العبادة إلا الله، ولا نتوجه بقول ولا عمل ولا فعل إلا لله. إن العبادة هي كل ما يحبه الله ويرضاه.

وكذلك كانت دعوة الرسل جميعًا؛ من آدم إلى محمد (ﷺ) تتلخص في كلمة واحدة ﴿**أَنِ اعْبُدُوا اللهَ**﴾ (المائدة: ١١٧)

﴿**وَمَا أَرْسَلْنَا مِن قَبْلِكَ مِن رَّسُولٍ إِلاَّ نُوحِي إِلَيْهِ أَنَّهُ لاَ إِلَهَ إِلاَّ أَنَا فَاعْبُدُونِ**﴾ (الأنبياء: ٢٥)

فهذه العبادة أيها الشباب لا بُدَّ أن تكون صحيحة؛ حتى يتقبلها الله تعالى، فإذا قبلها كنتم من عباده -سبحانه وتعالى- الذين يبشرون بالخير، كلِّ الخير.

﴿فَبَشِّرْ عِبَادِ الَّذِينَ يَسْتَمِعُونَ الْقَوْلَ فَيَتَّبِعُونَ أَحْسَنَهُ﴾ (الزمر: ١٧- ١٨)

أيها الشباب:

ما علاج القلق؟ ما علاج الاكتئاب؟ ما علاج الحيرة وقلة الحيلة؟ إنها العبادة، مصدر كلّ أمن.

﴿يَا عِبَادِ لاَ خَوْفٌ عَلَيْكُمُ الْيَوْمَ وَلاَ أَنْتُمْ تَحْزَنُونَ﴾ (الزخرف: ٦٨)

أيها الشباب:

ما السلاح القاطع لرقبة الشيطان؟ ما القوة المدمِّرة لقيود الشياطين وسلطانهم؟ **إنها العبادة.**

﴿إِنَّ عِبَادِي لَيْسَ لَكَ عَلَيْهِمْ سُلْطَانٌ إِلاَّ مَنِ اتَّبَعَكَ مِنَ الْغَاوِينَ﴾
(الحجر: ٤٢)

فما هي العبادة؟ وكيف تكون صحيحة؟

إن العبادة هي الدين كله، هي الحياة كلها.

﴿قُلْ إِنَّ صَلاَتِي وَنُسُكِي وَمَحْيَايَ وَمَمَاتِي للهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ﴾ (الأنبياء: ١٦٢)

وصحتها تكون على وجهين:

أ- صحة الفهم والوجهة.

ب- وصحة الأداء.

أ - صحة الفهم والوجهة

وهي أن ندرك أن كلَّ عملٍ يعمله الإنسان في حياته هو عبادة لله -تعالى-، على رأسها العبادات المفروضة والنوافل. يقول الله -تعالى- في الحديث القدسي:

«مَنْ عادى لي وليًّا فقد آذنته بالحرب، وما تقرَّب إليَّ عبدي بشيء أحبَّ مِمَّا افترضته عليه»(١)

وحتى تكون صحيح العبادة لا بُدَّ أن:

١- تؤدي الفرائض.

روى البخاري عَنِ ابْنِ عُمَرَ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا- قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): **«بُنِيَ الإِسْلامُ عَلَى خَمْسٍ: شَهَادَةَ أَنْ لا إِلَهَ إِلا اللَّهُ، وَأَنَّ مُحَمَّدًا رَسُولُ اللَّهِ، وَإِقَامِ الصَّلاةِ، وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ، وَالْحَجِّ، وَصَوْمِ رَمَضَانَ»**.

وأهم مظاهر المسلم صحيح العبادة أن تراه مؤدِّيًا للصلاة في وقتها.

والله -تعالى- يهدِّد الذين يضيِّعون أوقات الصلاة فيقول: **﴿فَخَلَفَ مِن بَعْدِهِمْ خَلْفٌ أَضَاعُوا الصَّلاَةَ وَاتَّبَعُوا الشَّهَوَاتِ فَسَوْفَ يَلْقَوْنَ غَيًّا ﴾**(مريم: ٥٩)

ويقول ابن عباس: « ليس معنى أضاعوها تركوها بالكُلِّيَّة، ولكن أَخَّرُوها عن وقتها».

---

(١) رواه البخاري

وإياك وأسوأ السرقة

روى مالك في الموطأ عَنِ النُّعْمَانِ بْنِ مُرَّةَ، أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) قَالَ: « **مَا تَرَوْنَ فِي الشَّارِبِ وَالسَّارِقِ وَالزَّانِي؟ -وَذَلِكَ قَبْلَ أَنْ يُنْزَلَ فِيهِمْ-**» قَالُوا: اللَّهُ وَرَسُولُهُ أَعْلَمُ، **قَالَ:« هُنَّ فَوَاحِشُ، وَفِيهِنَّ عُقُوبَةٌ وَأَسْوَأُ السَّرِقَةِ الَّذِي يَسْرِقُ صَلاتَهُ»**، قَالُوا: وَكَيْفَ يَسْرِقُ صَلاتَهُ يَا رَسُولَ اللَّهِ؟ **قَالَ: «لا يُتِمُّ رُكُوعَهَا وَلا سُجُودَهَا»**.

٢- تستزيد من النوافل

والنوافل هي تلك العبادات التي تؤديها لله -تعالى- غير الفرائض؛ مثل: سنن الصلاة ومستحبَّاتها، ومثل: سنن الصوم، والعمرة، والصدقات.

٣- أن تجتهد في قراءة القرآن

روى مسلم عَنْ أَبى أُمَامَةَ الْبَاهِلِيُّ قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ (ﷺ) يَقُولُ: **«اقْرَءُوا الْقُرْآنَ؛ فَإِنَّهُ يَأْتِي يَوْمَ الْقِيَامَةِ شَفِيعًا لأَصْحَابِهِ»**.

روى مسلم عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): **«الْمَاهِرُ بِالْقُرْآنِ مَعَ السَّفَرَةِ الْكِرَامِ الْبَرَرَةِ، وَالَّذِي يَقْرَأُ الْقُرْآنَ وَيَتَتَعْتَعُ فِيهِ وَهُوَ عَلَيْهِ شَاقٌّ لَهُ أَجْرَانِ»**.

فيجب أن يكون لك واجب يومي؛ تفتح فبه المصحف، وتتلو من القرآن ما قررته على نفسك؛ حتى تُتِمَّ القرآن قراءة، ثم تعود إليه مرة أخرى.

روى الترمذي عَنِ ابْنِ عَبَّاسٍ قَالَ: قَالَ رَجُلٌ: يَا رَسُولَ اللَّهِ: أَيُّ الْعَمَلِ أَحَبُّ إِلَى اللَّهِ؟ **قَالَ:** «**الْحَالُّ الْمُرْتَحِلُ**»، قَالَ: وَمَا الْحَالُّ الْمُرْتَحِلُ؟ **قَالَ:** «**الَّذِي يَضْرِبُ مِنْ أَوَّلِ الْقُرْآنِ إِلَى آخِرِهِ، كُلَّمَا حَلَّ ارْتَحَلَ**».

٤- وأخيرًا اذكر الله

أن يكون لسانك رطبًا بذكر الله.

روى الترمذي عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ بُسْرٍ -رَضِيَ اللَّهُ عَنْه- أَنَّ رَجُلا قَالَ: يَا رَسُولَ اللَّهِ: إِنَّ شَرَائِعَ الإِسْلامِ قَدْ كَثُرَتْ عَلَيَّ، فَأَخْبِرْنِي بِشَيْءٍ أَتَشَبَّثُ بِهِ. قَالَ: «**لا يَزَالُ لِسَانُكَ رَطْبًا مِنْ ذِكْرِ اللَّهِ**».

والله -تعالى- يمدح الذاكرين كثيرًا؛ يقول:

﴿وَالذَّاكِرِينَ اللَّهَ كَثِيرًا وَالذَّاكِرَاتِ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُم مَّغْفِرَةً وَأَجْرًا عَظِيمًا﴾

(الأحزاب: ٣٥)

وقيل لأحد الصالحين: «ألا تستوحشنَّ وحدك؟ فقال: كيف وهو يقول: أنا جليس من ذكرني».

وأفضل الذكر قول: (**لا إله إلا الله**)، وخيرٌ لك كثرة الاستغفار.

وكان آخر حديث في صحيح البخاري

عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «**كَلِمَتَانِ خَفِيفَتَانِ عَلَى اللِّسَانِ، ثَقِيلَتَانِ فِي الْمِيزَانِ، حَبِيبَتَانِ إِلَى الرَّحْمَنِ: سُبْحَانَ اللَّهِ وَبِحَمْدِهِ، سُبْحَانَ اللَّهِ الْعَظِيمِ**».

الحياة عبادة

ولتكتمل لك صحة الفهم والوجهة لا بُدَّ أن تعتبرَ كلَّ عملٍ تعمله في حياتك عبادة؛ فدراستك عبادة، ومذاكرتك عبادة، وعملك عبادة، وبرك لوالديك عبادة، وصداقتك عبادة، ورحلاتك عبادة، ولهوك المباح عبادة. وتنظر في كلِّ هذا هل وجهتك فيه لله رب العالمين؟ فإذا كانت نيتك لله، فعليك بالشقِّ الثاني للعبادة.

ب - صحة الأداء

أن تؤدي كلَّ ذلك كما أمر الله -تعالى-، وكما جاء به النبي (ﷺ). إذًا فعليك أن تتعلم فقه العبادات باختصار، وتدرك واجباتك في التعامل مع الناس.

وهنا تكتمل لك صحة

العبادة، وهي الخطوة الثانية

على طريق

(أن تكون مسلمًا حقًّا).

المجال الثالث

أن تكون مجاهدًا لنفسك

أيها الشباب: إن الله -تعالى- لا يُكَلِّفُ نفسًا فوق طاقتها، ولا يأمرنا بما يعلم أننا لن نطيقه.

وكان دعاء الصالحين لرب العالمين: ﴿**وَلاَ تُحَمِّلْنَا مَا لاَ طَاقَةَ لَنَا بِهِ**﴾ (البقرة: ٢٨٦)

والله -تعالى- يقول: ﴿**لاَ يُكَلِّفُ اللهُ نَفْسًا إِلاَّ وُسْعَهَا**﴾ (البقرة: ٢٨٦)

والنبي (ﷺ) يقول في الحديث الذي رواه أَبو هُرَيْرَةَ: « **دَعُونِي مَا تَرَكْتُكُمْ؛ إِنَّمَا هَلَكَ مَنْ كَانَ قَبْلَكُمْ بِسُؤَالِهِمْ وَاخْتِلافِهِمْ عَلَى أَنْبِيَائِهِمْ، فَإِذَا نَهَيْتُكُمْ عَنْ شَيْءٍ فَاجْتَنِبُوهُ، وَإِذَا أَمَرْتُكُمْ بِأَمْرٍ فَأْتُوا مِنْهُ مَا اسْتَطَعْتُمْ**».

ورغم ذلك كله فإننا نعصي الله، ولا نتبع أوامره. والله -تعالى- لا يعاقبنا إذا تبنا واستغفرنا.

يقول تعالى: ﴿**إِنَّ الَّذِينَ اتَّقَوْا إِذَا مَسَّهُمْ طَائِفٌ مِّنَ الشَّيْطَانِ تَذَكَّرُوا فَإِذَا هُم مُّبْصِرُونَ**﴾ (الأعراف: ٢٠١)

ويظل هذا الصراع بين الحق والباطل في نفوسنا حتى نلقي الله على خير. ولذلك أمرنا الله -تعالى- أن نجتهد ونجاهد أنفسنا حتى يفتح لنا طريق الخير.

يقوله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ﴾ (العنكبوت: ٦٩)

ويتلخص جهاد النفس في سورة العصر ﴿ وَالْعَصْرِ إِنَّ الإِنْسَانَ لَفِي خُسْرٍ إِلاَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ﴾ (العصر: ١-٣)

وهو أربع مراحل:

١- الإيمان.

٢- العمل الصالح.

٣- التواصي بالحق.

٤- التواصي بالصبر.

والله تعالى بقسم بالنفس قائلا: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا﴾ (الشمس: ٧-١٠)

فمجاهدة النفس هو الطريق إلى تزكية النفس، وإبعادها عن فجورها، وجذها إلى تقواها.

ومن مقررات مجاهدة النفس:

١- مجاهدتها على الطاعة

بأن تقوم بواجباتها –التي فصَّلْنا القول فيها من قبل- لتصل إلى طريق **(صحيح العبادة)**.

٢- مجاهدتها عن المعصية

وذلك بإدراك معنى المعاصي، وأنها كلُّ ما لا يحبه الله ويرضاه من قـــول أو نظرة أو سَمَاع أو حركة أو فعل.

وللسان معاصي، وللعين معاصي، ولليد معــاصي، وللرِّجْــلِ معــاصي، وللقلب معاصي.

فالغيبة والنميمة، والشتم والسب واللعن من **معاصي اللسان**.

والنظر إلى الحرام من **معاصي العين**

واللمسة المحرَّمة، والسعي إلى الحرام من **معاصي اليد والرجل**.

والكِبْر والعُجْب والحسد، وتَمَنِّي الحرام من **معاصي القلب**.

والمجاهدة أن تضع بين يديك صحيفتك كل يوم قبل أن تنام وتقرأها.

تقرأها اليوم وحدك، لا ينظر إليك أحد، قبل أن تقرأها غدًا على الخلائـــق جميعًا، والله -تعالى- أمامك يسمعك ويقول لك: ﴿**اقْرَأْ كِتَابَكَ كَفَى بِنَفْسِـكَ الْيَوْمَ عَلَيْكَ حَسِيبًا**﴾ (الإسراء: ١٤)

وتحاسب نفسك فإذا وجدت معصية فعليك بالاستغفار والتوبـــة والعــزم على ألا تعود إليها.

فقد روى الترمذي عَنْ أَبِي ذَرٍّ قَالَ: قَالَ لِي رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «**اتَّقِ اللَّـــهِ حَيْثُمَا كُنْتَ، وَأَتْبِعِ السَّيِّئَةَ الْحَسَنَةَ تَمْحُهَا، وَخَالِقِ النَّاسَ بِخُلُقٍ حَسَنٍ**».

ودائمًا تسمع نداء ربك: ﴿**قُلْ يَا عِبَادِيَ الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ لاَ تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللهِ إِنَّ اللهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعًا إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ**﴾ (الزمر: ٥٣)

كان الصمت يخيِّمُ على قاعة المحاضرات، وقد برقت بعض العيون بدموع الرغبة والتوبة، واتسعت ابتسامات الرضا في وجوه الشباب والشابات.

وفتح الدكتور فاضل باب الأسئلة لتنهال عليه العديد منها، والتي تدور كلها حول محور (**كيف السبيل للنجاح في الطريق إلى الله**) فأجاب عنها جميعًا بما أرضي القلوب، ثم ختم اللقاء قائلا:

إن بداية النجاح أيها الشباب أن تنجح في البدء مع نفسك، ثم تنجح مع ربك، فإذا حقَّقت النجاح في هاتين الدائرتين كان النجاح بعد ذلك أسهل، بل وكانت خطواتك بعد ذلك

(وثبة إلى النجاح).

استراحة

حول: كيف تكون مسلمًا حقا ؟

عليك أن تسعى لان تكون :

١- سليم العقيدة.

٢- صحيح العبادة.

٣- مجاهدًا لنفسك.

☜ وإدراك معني الإيمان بالله والاقتداء برسوله (ﷺ) . والتمسك بقرآنه والاستسلام لأوامره هو الدليل القاطع على سلامة العقيدة

☜ وأن تصحح وجهتك في كل تصرفاتك في الحياة أن تكون لله وأن تكون بالكيفية التي أمر به سبحانه وتعالى :

فتؤدي الفرائض ،وتزيد من النوافل ، وتلازم القرآن ، وتذكر الله على كل حال

فإن ذلك أكبر دليل على أنك صحيح العبادة .

☜وأن تجاهد نفسك على الطاعه وتجاهدها لتبتعد عن المعصية لهو الطريق الصحيح نحو مجاهدة النفس .

الفصل الثالث

3

وثبة نحو النجاح

كان الفرح الذي يملأ قلوب الشباب في هذا اليوم يشوبه بعض الحزن؛ حيث إن هذا اليوم هو آخر لقاء لهم في هذه اللقاءات الطيبة مع الدكتور فاضل.

لقد استشعروا معنى أن يفتح لهم الكبار قلوبهم، وقد ذاقوا حلاوة أن يكون الحديث ليس مجرد وعظٍ؛ إنما خطوات عملية على طريق الرُّشْدِ.

امتلأت العيون بالسعادة عندما دخل الدكتور فاضل القاعة، وأشار إلى الشباب بيديه يحيِّهم، وقد امتلأ وجهه بالابتسام.

وبعد أن لفَّ الصمت جنبات القاعة بدأ الدكتور فاضل في الحديث:

يقول تعالى: ﴿**إِنَّ اللهَ لاَ يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ**﴾ (الرعد: ١١)

أعزائي الشباب:

كان سؤالكم الذي لا زال يدور في كلّ مكان تتواجدون فيه: ما موقفنا من مجتمعاتنا؛ هل نحن مشكلة المجتمع، أم أن المجتمعات هي التي جعلتنا مشكلة؟

وقد رحلنا معًا رحلة آثرنا أن نبدأها من الداخل، وها نحن نصل إلى نهايتها، والتي تعتبر بداية رحلتكم أنتم إلى الواقع، فتنطلقون بعد أن رتبنا الداخل في وثبة قوية شامخة، وثبة جمعتم فيها إصلاح نفوسكم، وجمع أشتات الإنسان فيكم؛ بأن يكون كلُّ واحد منكم **قويَّ الجسم**، **متينَ الخُلُقِ**، **مثقَّفَ الفكرِ**، **قادرًا على الكسب**.

ذلك مع إصلاحكم لعلاقتكم بربكم، فرسمتم لوحة رائعة، يبدو كلٌّ منكم فيها **سليم العقيدة، صحيح العبادة، مجاهدًا لنفسه.**

واليوم مع طاقة تلك الوثبة على طريق النجاح، فإن الأمر يستلزم أن تستكملوا هذه الصفات العشر؛ بأن يكون كلٌّ واحد منكم:

١- حريصًا على وقته.

٢- منظَّمًا في شؤونه.

٣- نافعًا لغيره.

المجال الأول

أن تكون حريصاً على وقتك

فالوقت جعله الله للاستفادة منه؛ بدليل قوله تعالى: **﴿وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِّمَنْ أَرَادَ أَن يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ شُكُورًا﴾** (الفرقان: ٦٢).

روى الترمذي عَنْ أَبِي بَرْزَةَ الأَسْلَمِيِّ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): **« لا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ، وَعَنْ عِلْمِهِ فِيمَ فَعَلَ، وَعَنْ مَالِهِ مِنْ أَيْنَ اكْتَسَبَهُ وَفِيمَ أَنْفَقَهُ، وَعَنْ جِسْمِهِ فِيمَ أَبْلاهُ»**.

وأهم ما يميز الوقت:

١- سرعة انقضائه.
٢- أنه أنفسُ ما يَمْلِكُ الإنسان.
٣- أنَّ ما مضيَ منه لا يعود ولا يُعوَّض.

ولذلك قالوا: (**الوقت هو الحياة**).

ويقول الشاعر:

دَقَّاتُ قَلْبِ المرْءِ قائلةٌ لَهُ ... إنَّ الحياةَ دقائقٌ وثواني

وأخطر ما يتردد بين أفواه الشباب هي دعوة: (**تعالوا نقتل الوقت**) فكل يوم تقتل فيه الوقت كأنك تقتطع جزءا من عمرك.

ومظاهر هذا القتل متعددة منها:

١- الغفلة:

تلك التي وصفها العلماء بأنها مرض يصيب العقل والقلب، فيُفْقِدُ الإنسان وَعْيَه وحِسَّه بالأحداث من حوله.

يقول تعالى: ﴿**وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِّنَ الْجِنِّ وَالإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لاَّ يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لاَّ يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لاَّ يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ**﴾ (الأعراف:١٧٩).

٢- التَّسْوِيفُ.

وقيل لعمر بن عبد العزيز وقد أرهقه العمل: أجِّلْ هذا للغد.

فقال: « **لقد أعياني عمل يوم واحد، فيكف إذا اجتمع عليَّ عملُ يومين**».

٣- الإهدار.

وكانوا يقولون: «**من علامة مَقْتِ الله إضاعة الوقت**»

وقالوا: «الوقت كالسيف؛ إن لم تقطعه قطعك».

ويقول الحسن البصري: « يا ابن آدم: إنما أنت أيامٌ، فإذا ذهب يومٌ، ذهب بعضُكَ».

كيف نحرص على أوقاتنا ؟

هذه خمس نصائح لتكونوا -أيها الشباب- من الذين يحرصون على أوقاتهم.

١- أن تتركوا ما يُضَيِّع الوقت:

مثل الثرثرة سواء مع الأصدقاء أو في التليفون، ومشاهدة التليفزيون دون هدف، والجلوس أو الوقوف في الطرقات والشوارع دون هدف.

٢- صَرْفُ الوقت فيما يفيد.

فوقتك هو رأس مالك، فأحسن استثماره؛ في الرياضة، في القراءة، في تلاوة القرآن، في سماع الأشرطة المفيدة، في الزيارة، في صلة الرحم أو عيادة المريض، في اللهو المباح.

٣- أن تنظم وقتك بالصلاة.

جعل الله الصلاة كتابًا موقوتًا؛ فرَتِّبْ وقتك على أوقات الصلاة، واجعل بدايات ونهايات الأعمال موعد صلاة.

٤- الالتزام بالموعد وضبطه.

اجعل لحياتك نظامًا، ولا تتركها تسير كما تشاء هي، أو كما يشاء مَنْ حولك، حَدِّدْ أولوياتك، واجعل وقتًا لراحتك، وأَجِّلْ ما يستحقُّ التأجيل.

وأذكرك أخيرًا بأن

(سوف) من جنود إبليس

وتذكــر أن

نهاية الوقت هي نهايتك.

يقول أبو العتاهية:

بــين عيــني كـــلِّ حـــيٍّ   عَلَـــمُ المـــوتِ يلـــوحْ
نُـــحْ علـــى نَفْسِـــكَ   مســـكينٌ إنْ كنـــتَ تنـــوحْ
لَتَمُوتَـــــنَّ وإنْ عَمَّــــرْ   تَ مَـــا عَمَّـــرَ نـــوحْ

أيها الشـــباب

إن النجاح ليس مجرد كلمات على الألســـن، أو أمنيـــات في القلوب، إنما هو حياة كاملة؛ بدأناها معًـــا، وهـــا نحـــن نســـتعد للانطلاق.

المجال الثاني

أن تكون منظماً في شؤونك

الناظر إلى خَلْقِ الله -تعالى- في الكون مِنْ حولنا يجد أن الإبداع والجمال والرقة والروعة بادٍ في كلِّ شيء، وكل ذلك يحوطه النظام والإتقان.

يقول تعالى: **﴿اللهُ الَّذِي خَلَقَ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَمِنَ الأَرْضِ مِثْلَهُنَّ يَتَنَزَّلُ الأَمْرُ بَيْنَهُنَّ لِتَعْلَمُوا أَنَّ اللهَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ وَأَنَّ اللهَ قَدْ أَحَاطَ بِكُلِّ شَيْءٍ عِلْمًا﴾** (الطلاق: ١٢)

وقد أرجع العلماء في جمع المجالات البصرَ عشرات الكرَّات، فعادوا يعلنون أن الله أراد النظام في الكون، وهذا النظام يحبه الله.

انظر إلى أشج عبد القيس عندما قال له (ﷺ): **«إِنَّ فِيكَ خَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ؛ الْحِلْمُ، وَالأَنَاةُ»**.[١]

وسبب ذلك ما روته لنا السيرة من أن وفد عبد القيس لَمَّا قدموا على النبي(ﷺ) بادروا مسرعين إليه، وأقام الأشج عند رحالهم فجمعها، وعقل ناقته، ولبس أحسن ثيابه، ثم أقبل على النبي(ﷺ)، فقرَّبه النبي(ﷺ) منه، وأجلسه إلى جانبه، وقال له: « **إِنَّ فِيكَ خَصْلَتَيْنِ يُحِبُّهُمَا اللَّهُ؛ الْحِلْمُ، وَالأَنَاةُ** ».

---

(١) رواه مسلم

صفوف يحبها الله .

والنظام يبدو في الصفوف، ومن الصفوف التي يحبها الله:

- صفوف الصلاة المنتظمة.

- صفوف القتال المُتَرَاصَّة ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الَّذِينَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِهِ صَفًّا كَأَنَّهُم بُنْيَانٌ مَّرْصُوصٌ﴾ (الصف: ٤)

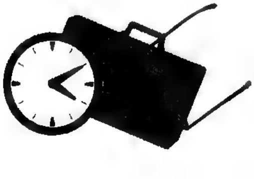
- صفوف الملائكة ﴿وَإِنَّا لَنَحْنُ الصَّافُّونَ﴾ (الصافات: ١٦٥) أي المصفِّين للطاعة.

وكان النبي (ﷺ) يقول لهم: « ألا تُصَافُّونَ كما تُصَفُّ الملائكة»[1]

فلابد أيها الشباب ونحن ننطلق ونثب إلى النجاح، أن نستشعر أهمية النظام في حياتنا، فلا بُدَّ أن:

١- ننظم أوقاتنا.

٢- أن نُعَلِّمَ مَنْ حولنا النظام.



فإننا مهما كنا منظمين، ومَنْ حولنا مبعثرين فلن يستوي لنا في الحياة نظام.

---

(١) رواه مسلم

ومن أهم مبادئ النظام في حياتنا:

١- أن نُحَدِّدَ أهدافنا جيِّدًا.

٢- وأن نقسِّمَ تلك الأهداف إلى أهداف بعيدة وأخرى قريبة.

٣- أن نضع خطة من أجل تحقيق تلك الأهداف.

٤- أن تكون خططنا محتوية على الزمان، والمكان، والكيف، والمسؤول، بل والإمكانيات.

ولا ننسَ ثلاثة، هي من مقوِّمات نجاح الخطة:

١- النية الصادقة.

٢- حُسْن التوكل على الله.

٣- الدعاء.

المجال الثالث

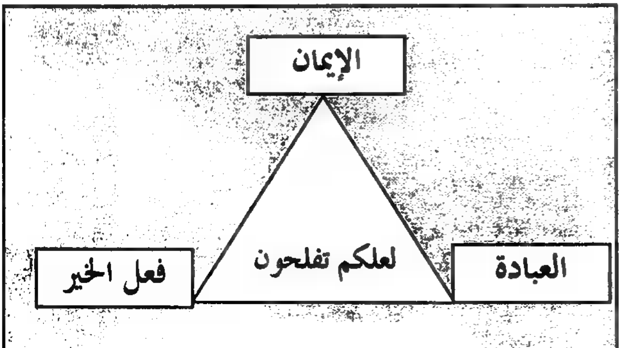
أن تكون نافعًا لغيرك.

وحتى تكتمل لكم الوثبة -معشر الشباب- لا بُدَّ أن يأخذ كلٌّ منا بيد الآخر؛ فالمرء قليل بنفسه، كثير بإخوانه، والله -تعالى- يقول: ﴿**وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَى وَلاَ تَعَاوَنُوا عَلَى الإِثْمِ وَالْعُدْوَانِ**﴾ (المائدة: ٢)

وبهذا التعاون تنضبط كفة ميزان الحياة، فلا يطغى قوي على ضعيف، ولا يخشى ضعيف من قوي، ولا يَحْرِمُ غني فقيرًا، ولا يحقد فقير على غني.

إن مهمة المسلم الحقّة لخَّصها الله -تبارك وتعالى- في قوله: ﴿ **يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَاسْجُدُوا وَاعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَافْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ**﴾ (الحج: ٧٧)

فإن فعل الخير هو الضلع الثالث من أضلاع الفلاح؛ فإن كان الإيمان ضلعًا، والعبادة ضلعًا ثانيًا، فإن فعل الخير هو الضلع الثالث.



مثلث الفلاح

وانظروا إلى صفات النبي (ﷺ) التي ذكرها خديجة -رضي الله عنها- عندما جاءها أول يوم بعد نزول الوحي؛ قالت: «والله لا يخزيك الله أبدًا؛ إنك لتصل الرحم، وتكب المعدوم، وتحمل الكَلَّ، وتعين على نوائب الدهر». [(١)]

ويُفَصِّلُ النبي (ﷺ) مجموعة من الأعمال تضع أقدامكم -معشر الشباب- على طريق التحلي بهذه الصفة (**نافعًا لغيره**).

روى البخاري عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ -رَضِي اللَّه عَنْه-، عَنِ النَّبِيِّ (ﷺ) قَالَ: «**كُلُّ سُلامَى عَلَيْهِ صَدَقَةٌ؛ كُلَّ يَوْمٍ يُعِينُ الرَّجُلَ فِي دَابَّتِهِ يُحَامِلُهُ عَلَيْهَا أَوْ يَرْفَعُ عَلَيْهَا مَتَاعَهُ صَدَقَةٌ، وَالْكَلِمَةُ الطَّيِّبَةُ، وَكُلُّ خَطْوَةٍ يَمْشِيهَا إِلَى الصَّلاةِ صَدَقَةٌ، وَدَلُّ الطَّرِيقِ صَدَقَةٌ**».

وفي رواية: « ... **وَيُمِيطُ الأَذَى عَنِ الطَّرِيقِ صَدَقَةٌ**»

وفي رواية: « ... **وَإِرْشَادُكَ الرَّجُلَ فِي أَرْضِ الضَّلالِ لَكَ صَدَقَةٌ، وَبَصَرُكَ لِلرَّجُلِ الرَّدِيءِ الْبَصَرِ لَكَ صَدَقَةٌ، وَإِمَاطَتُكَ الْحَجَرَ وَالشَّوْكَةَ وَالْعَظْمَ عَنِ الطَّرِيقِ لَكَ صَدَقَةٌ، وَإِفْرَاغُكَ مِنْ دَلْوِكَ فِي دَلْوِ أَخِيكَ لَكَ صَدَقَةٌ**».

وروى البخاري عَنْ صَفْوَانَ بْنِ سُلَيْمٍ يَرْفَعُهُ إِلَى النَّبِيِّ (ﷺ) قَالَ: «**السَّاعِي عَلَى الأَرْمَلَةِ وَالْمِسْكِينِ كَالْمُجَاهِدِ فِي سَبِيلِ اللَّهِ، أَوْ كَالَّذِي يَصُومُ النَّهَارَ وَيَقُومُ اللَّيْلَ**».

---

(١) رواه البخاري

وروى البخاري عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ (ﷺ): «**مَنْ نَفَّسَ عَنْ مُؤْمِنٍ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ الدُّنْيَا، نَفَّسَ اللَّهُ عَنْهُ كُرْبَةً مِنْ كُرَبِ يَوْمِ الْقِيَامَةِ** ».

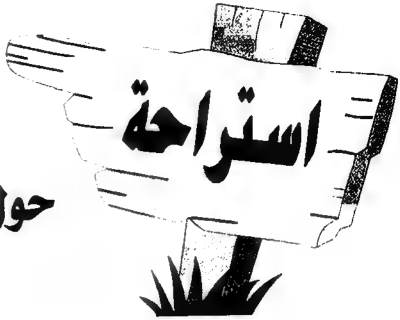
ويمكن أن نضع لكم يا معشر الشباب خمس خصال لتبدؤوا في تسجيل أنفسكم ضمن كتيبة الله النافعة لعباده:

١- تساعدون المُحتَاج.
٢- تحملون الضعيف.
٣- تواسون المنكوب.
٤- تسيرون في حاجات الناس.
٥- تشاركون في الخدمة العامة.

أيها الشباب

إن أمة لا يعرف كلٌّ واحد منها إلا نفسه لأمة منكوبة، مقضي عليها، مبعثرة خبراتها في الطرقات.

إن الأمم الواعية هي التي يدرك كلٌّ أفرادها أن الانتماء هو المبالغة في النماء، وإن معنى أن تنتمي لوطنك ودينك وأمتك أن تعمل على زرع الخير في أرضه، ومساعدة أهله؛ حتى نصل جميعًا إلا الفلاح.



حول: وثبة النجاح

وهي إدارة الذات وترتيب الأولويات وتدور حول ثلاثة مجالات

١- أن تكون حريصًا على وقتك

٢- أن تكون منظمًا في شؤونك

٣- أن تكون نافعًا لغيرك

- وحتى تكون حريصًا على وقتك فلابد ألا تكون من قتلة الوقت بالغفلة والتسويف والإهدار

- وحتى تكون منظمًا في شؤونك فلابد أن تكون لك أهداف واضحة وخطة منضبطة لحياتك .

- وحتى تكون نافعًا لغيرك فلابد أن تدرك ما هي وظيفتك في الحياة ؟ ومهمتك التي خلقك الله من أجلها ؟

وانتظروا

(خصوصيات البنات)

الجزء الثاني من هذا الكتاب: **(شباب بلا مشاكل)**.

- ماذا فعلت البنات عندما عَلِمْنَ بلقاء الدكتور عبد الرحمن فاضل مع الشباب؟
- ما هي الأسئلة التي كانت تدور في رؤوس البنات وأجاب عنها الدكتور فاضل؟
- كيف تمكَّنت البنات بعد معرفة خصوصياتهن أن يعبرن مرحلة الشباب بلا مشاكل؟

إلى اللقاء

د. أكرم رضا

المراجع

١- (سيكلوجية المراهقة) د. إبراهيم قشقوش.

٢- (نمو الإنسان من مرحلة الجنين إلى مرحلة المسنين). د. فؤاد أبو حطب، د. أمال صادق.

٣- علم نفس النمو (الطفولة والمراهقة). د. حامد عبد السلام زهران.

٤- (الشباب المصري المعاصر وأزمة القيم) د. نادية رضوان.

٥- (الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة) د. فؤاد البهي السيد.

٦- (موسوعة سفير لتربية الأبناء).

٧- (موسوعة الجنس والنفس في الحياة الإنسانية) د. على كمال.

٨- (كي يعيش الحب طويلا) إيفون أدلير.

٩- (بلوغ المُنَى في حكم الاستمنى) الإمام الشوكاني.

١٠- (الاستقصاء بأدلة تحريم الاستمناء) أبو الفضل محمد بن على عبد الله بن الصديق الحسن.

١١- (العادة السيئة) محمد صالح المنجد.

١٢- (كيف تواجه الشهوة، وتقضي على العادة السيئة). حسن زكريا.

١٣- سلسلة (**المرأة وإدارة الذات**) للمؤلِّف.

فهرس

إهداء.. ٥

مقدمة.. ٧

المدخل عندما يتحدث الشباب.............................. ١٥

نظرة الكبار.. ١٦

الشباب أم المجتمع؟................................... ٢١

استراحة... ٢٤

الباب الأول: رحلة الأعمار

بلوغ السعي والإعداد للرشد.............................. ٢٥

مع الكبار... ٢٧

حساسية المصطلح..................................... ٢٨

الأعمار الثلاثة للإنسان................................ ٣٠

العمر الأول.. ٣٢

العمر الثاني.. ٣٣

أين المشكلة.. ٣٧

قضية تأجيل الرشد.................................... ٤١

حتى يحدث الرشد..................................... ٤٦

شباب العصر ٤٧

بداية المرحلة ٥٠

الاستقرار ٥١

هدوء العاصفة ٥٢

استراحة ٥٥

الباب الثاني:– منازل الرحلة

سمات مرحلة (بلوغ السعي) ٥٧

الفصل الأول: النمو الجسمي ٦١

استراحة ٧١

الفصل الثاني: النمو الجنسي ٧٣

مهمة الهرمونات ٧٥

السلوك الجنسي ٧٩

النضج الجنسي ٨١

الصراع الجنسي ٨٣

والحل ٨٤

الاستعفاف ٨٧

الاستمناء ٩٢

الموقف الطبي........................ ٩٣

حرام أم حلال........................ ٩٣

موقعها في العهد النبوي........................ ٩٦

الصحابة وضغط الشهوة........................ ٩٨

الحل النبوي........................ ٩٩

العلاج........................ ١٠٧

استراحة........................ ١١٤

الفصل الثالث: النمو الانفعالي ١١٧
علامات النضج الانفعالي........................ ١٢٠
معوقات النضج الانفعالي........................ ١٢٣
نماذج من مشكلات الشباب........................ ١٣٠
استراحة ١٣٦
الفصل الرابع: النمو العقلي والعرفي ١٣٩
١ـ التفكير في البدائل والفروض........................ ١٣٩
٢ـ التفكير المنظم في الاحتمالات المختلفة...... ١٤٠
٣ـ التحصيل........................ ١٤١
٤ـ اتخاذ القرار........................ ١٤١
استراحة ١٤٤
الفصل الخامس: النمو الاجتماعي ١٤٥
شلة الأصدقاء........................ ١٤٨
مراحل التطبيع الاجتماعي........................ ١٥٠
المشاكل مع الراشدين........................ ١٤١
مظاهر التطبع الاجتماعي........................ ١٥٣
حقوق المراهق الاجتماعية........................ ١٥٤
استراحة ١٥٥
الفصل السادس: النمو الخلقي والاتجاهات البدنية ١٥٧
النمو الخلقي ١٥٨
المعايير المزدوجة ١٥٨
الاتجاهات الدينية ١٦١
التفريغ الديني ١٦٢
ظواهر اليقظة الدينية ١٦٤
استراحة ١٦٦

الفصل السابع: النمو النفسي (نمو الشخصية). ١٦٧

أولاً: تحديد الهوية ١٦٩

أنماط الهوية ١٧٠

الهوية المهنية ١٧٢

ثانيًا: ضبط الانتماء ١٧٤

منظومة أنماط الشباب ١٧٥

١-الشباب الخامل الهادئ ١٧٨

٢-الشباب الإيجابي المحافظ ١٧٨

٣-الشباب المغترب المنسحب ١٨٠

٤-الشباب المبادئ الفعال ١٨١

من يأخذ بأيدينا؟ ١٩١

المنهج الواضع ١٩٣

استراحة ١٩٨

الباب الثالث: محطات الوصول

(واجبات الشباب نحو سمات المرحلة السيئة)... ٢٠١

وثبة نحو الرشد ٢٠٣

الفصل الأول: لابد أن تكون إنسانًا صالحًا ٢٠٥

المجال الأول: أن تكون قوي الجسم ٢٠٧

أ-القوة البدينة ٢٠٧

ب-القوة النفسية ٢١٠

نصائح لقوة الجسم ٢١٢

المجال الثاني: أن تكون متين الخلق ٢١٣

أخلاق النفاق ٢١٦

الخلق إيمان ٢٢٠
مفاتيح الجنة ٢٢٢
المجال الثالث: أن تكون مثقف الفكر ٢٢٤
١ــ اعرف نفسك........................ ٢٢٥
٢ــ اعرف دينك........................ ٢٢٦
٣ــ أعرف وطنك........................ ٢٣١
٤ــ أعرف واقعك........................ ٢٣٢
وسائل ثقافة الفكر........................ ٢٣٤
المجال الرابع: أن تكون قادرًا على الكسب ٢٣٥
أولا: الادخار........................ ٢٣٦
ثانيا: العمل........................ ٢٣٩
الملك والدينار المحترق........................ ٢٤٠
استراحة........................ ٢٤٥
الفصل الثاني: كيف تكون مسلمًا حقًا ٢٤٧
المجال الأول: أن تكون سليم العقيدة.......... ٢٥٠
١- في الإيمان بالله........................ ٢٥٢
٢ــ في الإيمان بالرسل........................ ٢٥٣
٣- الإيمان بالكتب........................ ٢٥٣
٤ــ في الإيمان بالإسلام........................ ٢٥٤
المجال الثاني: أن تكون صحيح العبادة.......... ٢٥٦
أ ــ صحة الفهم والوجهة........................ ٢٥٨
ب ــ صحة الأداء........................ ٢٦١

المجال الثالث: أن تكون مجاهدا لنفسك........ ٢٦٢
١ــ مجاهدتها على الطاعة.......................... ٢٦٣
٢ــ مجاهدتها عن المعصية.......................... ٢٦٤
استراحة.. ٢٦٦
الفصل الثالث: وثبه نحو النجاح ٢٦٧
المجال الأول: أن تكون حريصًا على وقتك....... ٢٦٩
المجال الثاني: أن تكون منظمًا في شؤونك........... ٢٧٣
المجال الثالث: أن تكون نافعًا لغيرك ٢٧٦
استراحة.. ٢٧٩
المراجع.. ٢٨٣
الفهرس.. ٢٨٥

كتب للمؤلف

الأسرة المسلمة في العالم المعاصر :

(البحث الفائز بجائزة مكتبة الشيخ / على بن عبد الله آل ثاني الوقفيـــة العالميـــة ، وزارة الأوقاف قطر ، لعام ١٤٢١ هـــ الموافق ٢٠٠٠م)

سلسلة:"أولادنا"

١- بلوغ بلا خجل .
٢- مراهقة بلا أزمة (الجزء الأول) ترويض العاصفة
(الجزء الثاني) فنون تربوية
٣- شباب بلا مشاكل (الجزء الأول) رحلة من الداخل

سلسلة:" إدارة الذات"

١- دليل الشباب إلى النجاح .
٢-بلا ندم (كيف تحل مشكلاتك وتتخذ القرار الفَعَّال؟)
٣- لقاء الجماهير (برنامج الحديث الاقناعي وفن توصيل المعلومات)

سلسلة :"المرأة وإدارة الذات"

الكتاب الأول: قوية الجسم
الكتاب الثاني: متينة الخلق (جزأين)

سلسلة:" رسائل في الحياة"

٢-كيف تختارين زوجًا يكرمك؟
٢-كيف تختار زوجة تسعدك ؟

حتى نلتقي

أصدقائي

الحوار غذاء الأفكار والتواصل روح الحوار
واستجابة لرغبتكم في التواصل أضع بين أيديكم أكثر
من وسيلة لنلتقي ونتواصل ونتحاور
لنثري ما لدينا من أفكار
ونعمق المفاهيم
فمرحبا بكم
في :

البريد الإلكتروني
E- Mail: akramrda@hotmail.Com
موقع الاستشارات على الشبكة الإسلامية
www.islamweb.net

دار الطباعة والنشر الإسلامية

مطابع دار الطباعة والنشر الإسلامية

العاشر من رمضان المنطقة الصناعية ب ٢ - تليفاكس : ٣٦٣٣١٤ - ٣٦٢٣١٣

مكتب القاهرة : مدينة نصر ١٢ ش ابن هانيء الأندلسي ت : ٤٠٣٨١٣٧ - تليفاكس : ٤٠١٧٠٥٣

هذه السلسلة

• كتب للوالدين فى التعامل مع أبنائهم من سن ١٢ سنة وحتى ٢١ سنة وهى المرحلة التى تسمى مرحلة المراهقة وهى تنقسم إلى:

١ - مرحلة المراهقة المبكرة (١٢-١٣-١٤-١٥) التعليم الإعدادى.

٢ - مرحلة المراهقة المتوسطة (١٥-١٦-١٧-١٨) التعليم الثانوى.

٣ - مرحلة المراهقة المتأخرة (١٨-١٩-٢٠-٢١) التعليم الجامعى.

وتقع هذه السلسلة فى ثلاثة كتب:

الأول بعنوان: **بلوغ بلا خجل**

الثانى بعنوان: **مراهقة بلا أزمة**

الثالث بعنوان: **شباب بلا مشاكل**

وهى موسوعة علمية جيدة حول المراهقة فى جميع مراحلها، وذلك فى أسلوب جيد قائم على الحوار، والنقاش الهادئ البناء، يجيب فيه المربون على أسئلة الوالدين والآباء، ويقدمون النصح والتوجيه لكى يعبر الجميع هذه المراحل بلا خجل ولا أزمة ولا مشاكل

الناشر

دار التوزيع والنشر الإسلامية

٢٥١ ش بورسعيد ت: ٣٩٠٠٥٧٢ فاكس: ٣٩٣١٤٧٥